Votre guide
vers le bonheur conjugal
Tome n° 1 :

J'Aime Mon Épouse

51 Procédés pour raffermir
l'amour de ton épouse
à la lumière du Coran et
de la Sunna authentique

قال رسول الله ﷺ :

« خيركم خيركم لأهله،

و أنا خيركم لأهلي ».

رواه الترمذي و صححه، و ابن ماجة، و ابن حبان،

و صححه الألباني في الصحيحة برقم ٢٨٥.

Le prophète ﷺ a dit :

« Le meilleur homme parmi vous est le meilleur envers sa famille. Et je suis véritablement le meilleur envers ma famille ».

Hadith rapporté par At-Tirmidhî, Ibn Mâja et Ibn Hibbân. Le shaykh Al-Albânî le qualifie d'authentique : voir « -as-sahîha- » n° 285.

بسم الله الرحمن الرحيم

Au nom d'Allah Le Tout Miséricordieux,

Le Très Miséricordieux

Introduction

Louange à Allah, Seigneur des mondes. Paix et grâce d'Allah soient sur Muhammad le meilleur des hommes et des prophètes.

Allah le Très-Haut, dans Sa grâce illimitée, nous a accordé le bienfait de la vie en couple. Il en a fait un signe explicite pour ceux qui méditent sur la création d'Allah le Très Glorieux : ﴿*Et parmi ces signes Il a créé de vous, pour vous, des épouses afin que vous viviez en toute quiétude avec elles et Il a mis entre vous de l'affection et de la bonté. Il y a en cela des preuves pour des gens qui réfléchissent*﴾[1].

Parmi Ses bienfaits multiples, il y a l'envoi de Muhammad, paix et grâce d'Allah soient sur lui, comme prophète et messager, guide, avertisseur et annonciateur.

Sa conduite et sa vertu sont un exemple à suivre et les croyants doivent fermement s'attacher à sa guidance car il a toujours été l'homme le plus prompt à pratiquer la loi d'Allah ﷻ.

Il a été le meilleur prophète pour sa communauté, le meilleur chef possible pour son armée, le meilleur des époux et le meilleur des pères.

---

[1] Coran, *ar-rûm* (les Romains), 21.

Il a enseigné aux hommes la bienséance envers leurs femmes dans ce hadith mémorable : « *Le meilleur d'entre vous est le meilleur envers sa famille et je suis vraiment le meilleur envers ma famille.* »[2] Il était l'exemple du bon mari. Il était tendre, paix et grâce d'Allah soient sur lui, envers ses épouses, grand connaisseur de leur tempérament, empressé à satisfaire les besoins des filles d'Eve. Il n'était guère violent ou dur, tyran ou oppresseur mais il était un don de miséricorde, une grâce offerte, un cœur tendre, aimable et plein de douceur. Il fut clément envers ses ennemis.

Que dire de sa vie avec ses proches ? Jamais il n'a levé la main pour frapper un serviteur ou une femme. Jamais il n'a prononcé une parole blessante à un musulman ou une musulmane. Il n'aimait guère les obscénités et le libertinage. Il détestait notamment les mauvaises langues comme il abhorrait la mécréance.

Le voilà affairé avec sa famille, sitôt que le muezzin appelle à la prière, le Prophète ﷺ s'empresse de sortir comme s'il ne les connaissait pas.
Toute sa vie, il n'a opprimé personne, et il s'est parfaitement acquitté des droits conjugaux. Il était un exemple de justice vis-à-vis de ses femmes.

D'ailleurs, comment aurait-il pu être injuste, alors qu'il enseignait : « *Les justes seront le jour du jugement sur des tribunes de lumière à la droite du Tout Miséricordieux (Ses deux mains sont une droite) : Ceux qui sont équitables dans leurs jugements envers leurs femmes et s'acquittent pleinement de leur responsabilité.* »[3]

---

[2] Hadith rapporté par At-Tirmidhî, Ibn Mâja et Ibn Hibbân, Al-Albânî le qualifie d'authentique : voir -as-sahîha- n° 285.
[3] Hadith rapporté par Muslim.

Un livre ne suffira pas pour cerner ses qualités d'époux, ses vertus et les règles de bienséance qui étaient les siennes durant sa vie conjugale.

Mais ces quelques mots d'une d'entre ses épouses seront suffisants : « *Sa conduite ﷺ était le Coran même.* » Témoignage précieux de la part d'une femme qui connaissait sa vie intime dans les détails les plus cachés et qui peuvent passer inaperçus chez toute autre personne étrangère qui les ignore naturellement.

Dans ce livre, nous passerons en revue ses qualités sublimes, ses nobles vertus, perles resplendissantes, exemples à suivre glanés ça et là, leçons et maximes qui aideront les maris à user d'un bon comportement à l'égard de leurs femmes.

Nous aurons le plaisir de parcourir ce guide de l'éducation sentimentale qui projette une lumière vive sur la conduite de l'époux musulman envers sa femme. Comment le mari musulman doit-il agir pour être finalement le meilleur époux selon les recommandations du Prophète ﷺ ?

Nous indiquerons les voies permettant à l'époux d'être aimable envers sa femme afin de gagner son cœur.

Voici donc notre projet. Nous nous appuierons sur les meilleures paroles : Le Sublime Coran et la Noble Sunna du Prophète ﷺ. Nous nous baserons également sur les paroles des savants et des sages parmi les anciens de la communauté, de tous ceux qui se sont intéressés à la vie familiale et aux relations conjugales [même les chercheurs non-musulmans tant qu'ils ne contredisent pas les enseignements de l'islam]. Nous profiterons de leurs études et de leurs recherches, de leurs conseils et de leurs injonctions.

En somme, nous consignerons tout ce que l'époux doit entreprendre concrètement.

Nous prions Allah le Très-Haut d'agréer ce travail modeste et espérons obtenir des lecteurs de pieuses prières.

Peut-être nous seront-elles bien plus bénéfiques que beaucoup d'œuvres.

Nous prions Allah de guider par ce livre toute la communauté des époux et des épouses. Il va sans dire que nous cherchons uniquement l'agrément d'Allah. Et voici enfin notre dernière prière : louange à Allah, Seigneur des Mondes.

`Âdil Fathî Abd-Allah

Damanhûr 6 du mois de Rajab 1423 h

1° Procédé

Prends soin de toi

Naturellement, l'époux désire que sa femme se pare pour lui et qu'elle soit d'une beauté sublime. Cela semble évident, mais aura-t-il pris lui aussi l'habitude de s'embellir afin qu'elle le voit sous sa meilleure apparence ?

Peut-être que les soins de beauté sont le propre des femmes et que l'homme doit rester brut et négligeant de sa personne…
Pense-t-il qu'une épouse n'est pas sensible à l'apparence de son mari ?

Si tel est le cas, pourquoi l'homme prend-t-il soin de s'embellir avant le mariage et durant toute la période des fiançailles ? On le voit portant des habits magnifiques et puis après le mariage il se désintéresse complètement de sa personne ? Qu'est ce qui a changé ?

Il faut cesser de négliger son apparence physique.
Ibn Abbas ﷺ a dit : « *Je me pare pour ma femme car j'aime qu'elle fasse de même avec moi.* »

Autrefois, une femme se présenta auprès de `Umar Ibn Al Khattab ﷺ, alors qu'il était le calife des musulmans. Elle porta plainte contre son mari et demanda le divorce.

`Umar ﷺ envoya demander son époux. Il entra, –`Umar ﷺ, observa sa tenue négligée et sale ainsi que ses cheveux touts ébouriffés –`Umar ﷺ ordonna alors à ses compagnons ﷺ de s'occuper de cet homme. Ils lui changèrent ses habits et le prièrent de se laver, de se peigner et de prendre soin de lui-même. Sitôt dit, sitôt fait.

L'homme rejoignit son épouse, elle eut du mal à le reconnaître. Elle éprouva de la pudeur devant lui. Il lui dit : « *Je suis ton mari, tu ne m'as pas reconnu ?* »

Après l'avoir longuement regardé, elle s'emporta de joie et comprit alors que l'émir des croyants `Umar était à l'origine de l'heureux changement physique de son époux et de la bonne issue de leur mésaventure. `Umar ﷺ dit alors : *Par Allah, elles aiment que vous preniez soin de vous (pour leur plaisir) autant qu'elles prennent soin d'elles pour vous.*

D'ailleurs, l'Islam, notre sainte Religion, est la Religion de la propreté et de l'ordre. Il nous recommande femmes et hommes de nous occuper de notre personne et de notre apparence. Le Prophète ﷺ a dit : « *Celui qui a beaucoup de cheveux doit les honorer (les soigner).* »[4]

Cela veut dire qu'il doit prendre soin de laver ses cheveux et de les peigner. Le Prophète ﷺ se regardait dans l'eau de source comme un miroir puis peignait sa tête. Et il ﷺ exhalait les meilleures senteurs.

Et il ﷺ disait recommandant à ses compagnons, de ne point refuser le parfum offert : « *Si l'on vous offre un parfum aromatique ne le refusez pas car son odeur est bonne et il est facile à emporter.* »[5]

---

[4] Hadith rapporté par l'imâm Mâlik dans Al-Mowatta' (Al-Muwatta').

[5] Hadith rapporté par Muslim.

2° Procédé

Douceur et câlin

Certains maris pensent que leur devoir consiste seulement à assurer à leur foyer nourriture, boisson et autres accessoires de même nature, c'est-à-dire le côté purement matériel oubliant ainsi le côté sentimental. Le conjoint oublie de cajoler sa femme afin de gagner son amour. Il oublie de la distraire, de s'amuser et de rire avec elle alors que ces gestes sont très importants dans la vie conjugale puisqu'ils affermissent les liens entre les deux époux.

Or, ce qui attire l'attention, c'est la délicatesse du prophète ﷺ car il portait la responsabilité de transmettre le message, vocation qui fait ployer les montagnes, tout en dirigeant l'Etat musulman à Médine et à la Mecque après la conquête de celle-ci. En effet, on suppose qu'il n'avait pas assez de temps pour s'amuser avec ses femmes et les distraire mais pourtant il ne négligeait jamais le côté sentimental et ludique de la vie conjugale

Surtout envers sa jeune femme `Âisha ﵂. Il ﷺ plaisantait beaucoup avec elle et la cajolait. Il faisait également la course avec elle. Parfois elle le devançait dans la compétition, parfois le Prophète ﷺ, gagnait la course. Il lui disait alors tendrement : « *Nous sommes quittes.* »[6]

Quelquefois, il la laissait observer les Ethiopiens qui jouaient avec des lances et des boucliers. Elle prenait un grand plaisir à regarder ce spectacle. Elle ﵂ rapporta : « *Par Allah le Prophète ﷺ entra chez moi alors que les Abyssins jouaient avec des lances dans la mosquée. Je les observais et le Prophète ﷺ me recouvrit de son manteau alors que je suivais ce spectacle par-dessus son épaule. Il*

---

[6] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, Ibn Mâja et Ibn Hibbân.

ne voulut pas partir avant que je ne me lasse de contempler la scène.
Daignez donc réserver à la jeune fille, soucieuse de distraction, l'attention qu'elle mérite. »[7]

Comment le Prophète ﷺ pourrait-il frustrer son épouse de jouer licitement alors qu'il dit ﷺ : « *Tout amusement est vain excepté trois jeux : le tir à l'arc, le dressage des chevaux et la plaisanterie avec les épouses. Ces pratiques relèvent des bonnes choses (de la vérité).* »[8]

N'est ce pas le Prophète ﷺ lui-même qui, apprenant le mariage de Jabir Ibn Abdullah ؓ, l'interrogea en ces termes : « *Est-ce une vierge ou une femme déjà mariée ?* » Il répondit : « *Une femme déjà mariée* ». Le Prophète ﷺ l'incita vivement à choisir une vierge en disant : « *Allons ! Prends une vierge ; Vous pourrez ainsi jouer ensemble.* »[9]

Le Prophète ﷺ laissait les jeunes filles rendre visite à `Âisha ؓ et jouer avec elle. On rapporte qu'elle avait comme jouet un cheval à deux ailes.

---

[7] Hadith rapporté par Al-Bukhârî, Muslim et d'autres.
[8] Hadith rapporté par At-Tabarânî dans Al-Kabîr et An-Nasâ'î. Al-Albânî le qualifie d'authentique : voir -as-sahîha- n° 309.
[9] Hadith rapporté par Al-Bukhârî, Muslim et d'autres.

3° Procédé

Ménage sa sensibilité

Tout le monde connaît, à coup sûr, la sensibilité des femmes aux paroles, aux expressions et aux allusions. Malgré cela, nous les blessons par des paroles brutales.

Il arrive souvent que les époux adressent une critique acerbe à leurs femmes. Les accusations à leur encontre sont parfois légitimes mais la méthode adoptée est inappropriée et ne convient pas aux relations conjugales. Ce comportement à lui seul suffit à ébranler le bonheur conjugal et à alimenter l'agressivité de l'épouse envers son mari.

Dorothée Diks, première spécialiste des questions familiales, a déclaré : « Plus de 50% des couples qui se sont déchirés devant les tribunaux, doivent leurs déboires aux critiques stériles qui brisent les cœurs et refusent de reconnaître les sacrifices de l'autre. »

Certes, il peut arriver que ta femme retarde la cuisine alors que tu reviens épuisé du travail quotidien – Toutefois, ne vois-tu pas qu'elle est harassée par le ménage tout au long de la journée, endurant finalement une fatigue semblable à la tienne ?

Ces choses ne doivent pas être affrontées avec dureté mais avec sagesse et persévérance, avec un cœur bon et plein de délicatesse. C'est ainsi que tu gagneras une vie conjugale heureuse.

4° Procédé

Discute avec elle

Par nature, la femme aime parler plus que l'homme. Bien plus, nous remarquons que la petite fille apprend à parler et à converser avant les garçons de son âge.

Les études menées parmi les écoliers montrent globalement la suprématie des filles sur les garçons quant à l'apprentissage du langage. Leur bagage linguistique surpasse celui des garçons du même âge.

Une autre étude entreprise montre que les femmes passent largement plus de temps que les hommes au téléphone. Ces derniers ne dépassent pas plus de six minutes en moyenne alors que les femmes y consacrent beaucoup plus de temps.

Evanne Christine dans son livre « Comment peut-on comprendre l'autre ? » a cité en référence les propos du linguiste Robin Lakov : « Souvent la femme pose des questions dans le but de poursuivre la conversation en cours, tandis que les hommes y perçoivent une sorte d'interrogatoire. »

La femme se délecte à parler et à converser même à travers les questions qui importunent le conjoint, lequel ne comprend pas toujours la nature de la femme. Si ce dernier manifeste de l'agacement, il indispose sa femme et la frustre, refoulant ainsi un plaisir essentiel chez elle. Avec qui va-t-elle donc parler ? Le mari doit être persévérant et accepter les paroles de sa femme à cœur ouvert, et l'écouter. Il doit respecter sa nature.

Nous connaissons certes le Hadith d'Abû Zar'a, rapporté par les deux recueils authentiques de hadith où `Âisha ﵂ la mère des croyants raconte au Prophète ﷺ l'histoire de

onze femmes qui se réunissent puis s'engagent à ne rien cacher de la conduite de leurs maris, dévoilant leurs caractères tout entier. Le Prophète ﷺ écouta attentivement le récit de `Âisha ؓ qui s'appesantit largement sur l'histoire des onze femmes. A la fin, le Prophète ﷺ dit : *« j'ai agi envers toi comme Abû Zar'a vis-à-vis de son épouse Umm Zar'a. »*[10]

C'est un long hadith qui ne peut être entièrement cité dans ce livre sommaire mais ce qui y importe, c'est l'attention du Prophète ﷺ qui écouta `Âisha ؓ jusqu'à la fin de son discours.

---

[10] Hadith rapporté par Al-Bukhârî (Chapitre du mariage) et Muslim (Chapitre sur les mérites des compagnons ؓ).

5° Procédé

Utilise son surnom préféré

Certaines aiment être appelées par le nom qu'ils chérissent. Le mari doit choisir pour sa femme un nom qu'elle aime, tant et si bien qu'il se rapproche de son cœur chaque fois qu'il l'appelle. Ainsi agissait le Prophète ﷺ avec `Âisha ‎رضي الله عنها. Il l'appelait : « *`Âish* ». Il l'appelait aussi quelquefois : « *Ô H̲umayrâ'* ».[11]

Selon `Âisha ‎رضي الله عنها, le Prophète ﷺ l'invita à assister au spectacle des éthiopiens qui jouaient avec des lances dans la mosquée, un jour de fête. Il me pressait alors en disant : *« Ô H̲umayrâ', cela te fait-il plaisir de les regarder ? »* Je répondis : « oui ».[12]

De préférence, le nom que le mari choisit pour son épouse doit être un secret partagé entre eux deux.

Le surnom qui fut donné à la mère des croyants `Âisha ‎رضي الله عنها « *`Âish* » ou « *H̲umayrâ'* » nous fut divulgué pour enseigner ce bon comportement à la communauté islamique. On sait que les épouses du Prophète ﷺ sont les mères des croyants et que personne ne put les épouser après sa mort.

[11] Diminutif de rouge. En arabe littéraire, ce mot veut dire blanche.

[12] Al-Albânî le qualifie d'authentique dans « Les Bienséances du Mariage ».

6° Procédé

Bannis la violence

Il va sans dire que les facteurs psychologiques jouent un grand rôle dans la relation entre les deux conjoints. Le mari qui s'emporte pour des banalités, multipliant les excès de colère, entreprend la destruction du bonheur conjugal.

L'Islam vrai nous enseigne comment dominer certaines de nos pulsions, contenir notre colère et traiter les choses avec sagesse. Cela pour préserver notre équilibre et celui des autres. Le mariage, c'est toute une vie et une liaison durable. Il est cependant normal que chacun des époux soit, à un moment ou un autre, confronté à des situations qui provoquent sa colère.

Que faire ? Laisser libre cours à sa colère ou la contenir au moment crucial ?

Il peut lui arriver de réagir brutalement sous l'emprise de la colère ; attitude qu'il regrettera intensément après coup.

Parfois, le regret ne lui profite en rien. Aussi doit-il songer à ce verset par lequel Allah loue les gens pieux qui contiennent leur colère : ﴿ *qui dominent leur rage et pardonnent à autrui car Allah aime les bienfaisants* ﴾[13].

Où en sommes-nous de cette vertu qui dicte le pardon et la domination de la rage ? L'époux doit savoir que ces caractères s'acquièrent par l'apprentissage et l'éducation. On ne naît pas forcément apte à dominer sa rage mais avec l'entraînement et le temps, quiconque peut acquérir des qualités qu'il ne possédait pas auparavant. La science

[13] Coran, *âl-`Imrân* (Famille d'Imrân), 134.

se construit par l'apprentissage, la patience et la persévérance de l'effort.

D'ailleurs, les études entreprises par les spécialistes dans le domaine des comportements sociaux et conjugaux soulignent le danger des réactions colériques au sein du foyer et le désastre que celles-ci entraînent dans la plupart des familles.

Terman a entrepris une étude profonde et exhaustive se rapportant à l'impact des facteurs psychologiques sur le bonheur conjugal. Son enquête a exploré deux niveaux variés. D'une part, il a analysé les différences chez 30 familles ayant un niveau de bonheur élevé (d'après les critères utilisés) et d'autre part 150 familles dont le niveau de bonheur est relativement bas. Il a observé que les deux conjoints dont le mariage s'est terminé par le divorce avaient toujours les symptômes suivants :

Dépressifs, instables, réactions colériques rapides, critiques acerbes sur le comportement de l'autre, passion pour la domination et le pouvoir, inclination au désordre et rejet de l'organisation. Il a conclu que le bonheur conjugal et l'équilibre sentimental sont étroitement liés sans pour autant préciser lequel des deux est la cause ou l'effet de l'autre.[14]

---

[14] Extrait de « ***La famille et ses problèmes*** » du docteur Mahmûd Husayn .

7° Procédé

Apporte-lui la sécurité dont elle a besoin

La femme aime par-dessus tout le sentiment de paix et de sécurité éprouvé en compagnie de son mari, de même que la conviction qu'il ne l'abandonnera jamais. Ce sentiment est source de respect, de considération et d'amour envers son époux.

En revanche, la crainte et l'absence de confiance créent doute et suspicion chez l'épouse et empêchent tout « transport amoureux » et toute démonstration affective. Certains menacent leurs femmes après chaque incident mineur ou majeur. D'autres menacent de divorcer à tout instant et dans tout problème.

Dis-moi, par Allah, comment une femme peut se sentir en sécurité quand tu la menaces de divorce matin et soir ? Penses-tu obtenir son respect par la contrainte ? Attends-tu d'elle une obéissance aveugle ?

Tu n'es donc pas à la hauteur du lien sacré du mariage ! Ce lien n'est pas une fantaisie dont on se débarrasse pour des raisons futiles.

Allah le Très-Haut a appelé le mariage « *un engagement solennel* »; dans le texte coranique : ❮*...et qu'elles aient obtenu de vous un engagement solennel* ❯[15].

Il a déclaré que le divorce est « *La chose licite la plus détestée par Lui.* »[16]

---

[15] Coran, *an-nisâ'* (Les femmes), 2.

[16] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, Ibn Mâja et Al-Hâkim ; Al-Albânî le qualifie faible dans Al-Irwâ' et Da`îf Ibn Mâja.

Les maris qui prononcent ce mot à chaque instant et s'empressent de juger et de condamner le regrettent toujours. Surtout s'ils se trouvent finalement contraints à divorcer.

Celui qui prononce le mot « *divorce* » à tout bout de champ et choisit de divorcer pour des raisons banales joue avec sa propre vie. Car il divorcera trois fois (selon la loi) et ne trouvera pas d'échappatoire. Il regrettera alors profondément.

Certains époux menacent de quitter leurs femmes, de les priver de leurs droits ou d'épouser d'autres femmes. Ce genre de comportement est interdit. Il est permis au mari de se marier avec d'autres femmes, mais priver sa femme de ses droits légitimes lui est interdit car elle reste sous sa responsabilité. Allah l'interrogera à son sujet : Le Prophète ﷺ a dit : « *Vous êtes tous des bergers et chacun d'entre vous est responsable de son troupeau. L'homme dans sa maison est un berger et il est responsable de son ménage.* » [17]

Un second mariage exige l'équité et non pas l'injustice envers la première femme. D'ailleurs, si l'homme agit injustement un tel mariage s'avère interdit d'après les sentences des savants.

Pourquoi donc certains maris oppriment-ils leurs épouses ?

Tout homme qui est injuste envers sa femme doit craindre Allah et avoir à l'esprit qu'Allah n'aime pas l'injustice et déteste les injustes.

---

[17] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.

8° Procédé

Multiplie les surprises

Il n'y a rien de plus agréable que de se voir offrir une chose que l'on aime. Plus touchant encore, lorsque le présent nous surprend. Autrement dit, lorsqu'on réussit à offrir à l'être aimé ce qu'il désire sans le prévenir. Si tu arrives à surprendre ta femme en lui offrant ce qu'elle aime ou ce qu'elle t'avait au préalable demandé de lui rapporter, alors elle réalisera l'intensité de ton amour à son égard. Elle saura que tu ne l'as pas oubliée. Elle comprendra également que tu étais sûrement très occupé mais que tu n'en as pas pour autant oublié ce qu'elle aime, puisque tu as eu la chance de le lui offrir.

Cette idée, ce sentiment qu'elle éprouve quand tu lui fais ce genre de surprises agréables est indescriptible et son bonheur ne peut engendrer qu'un surplus d'amour. Cela ne veut pas dire naturellement que tu dois négliger les attentes de ta femme jusqu'à ce qu'elle désespère, sous prétexte que tu préfères lui faire des surprises. Car la surprise, cette fois perd son éclat. Ta femme a dû multiplier les demandes et s'est finalement lassée !

La bonne surprise qui touche le cœur et laisse des traces, c'est seulement quand tu lui offres ce qu'elle aime sans qu'elle ait à le demander, lorsque tu sens qu'elle en a envie.

Cela demande de la perspicacité et une complicité telle que tu devines ce qui fait la joie de ta femme.
Mais naturellement, tu ne peux y arriver que si tu aimes ta femme.

9° Procédé

Fais rentrer la joie dans la maison

On demande à l'épouse de bien accueillir son mari chaque fois qu'il rentre chez lui. Le mari doit donc à plus forte raison rentrer avec le sourire et l'allégresse, le visage prévenant et radieux. Il doit commencer par souhaiter la paix à sa femme car les salutations de paix sont le propre des musulmans.

Il ne doit pas dire bonjour !
Allah nous a donné un bien meilleur salut : «*Assalamu `alaykum wa rahmatullahi wa barakatuh (La paix soit sur vous, ainsi que la miséricorde et la bénédiction d'Allah).* »

Certains négligent ce salut, ignorant sa grande importance et la bénédiction qu'il renferme. Honorables époux ! C'est le salut islamique, celui des gens du paradis. Celui qui le prononce aura une grande récompense auprès d'Allah.

Si Allah t'ouvre cette porte facile pour accéder au bien, pourquoi la fermes-tu sans raison en saluant ton épouse par un salut étranger ?! Alors que le prophète ﷺ a dit : « *Chaque fois que tu rentres chez toi, dispense le salut. Ce sera une bénédiction pour toi et pour ta famille.* »[18]

Commence donc par les bonnes nouvelles quand tu rentres chez toi et laisse les sujets moins agréables pour plus tard.

---

[18] Hadith rapporté par At-Tirmidhî et le qualifie de hasan gharîb.

10° Procédé

Mesure tes propos

Les femmes ou le « sexe doux » (selon l'expression consacrée par certains) sont parfois plus sensibles que les hommes quant au choix du ton sur lequel on s'adresse à elles. Tu peux adresser à ta femme des mots que tu juges anodins. Celle-ci y verra un reproche ou une dureté qui l'affectera pendant un laps de temps. Nous ne devrions pas nous comporter avec nos épouses comme on le fait d'ordinaire avec les hommes.

Par exemple, tu peux lui demander de t'apporter une chose. Par mégarde, elle en amène une autre. Comment vas-tu réagir ? Auras-tu la dureté de lui dire : « Tu ne m'as pas bien entendu ? Je t'ai ordonné ceci ! Ou je ne t'ai pas demandé telle chose !! »

Tu es libre mon frère mais sache que tu brises son cœur et tu gâches l'amour qu'elle a pour toi. Où sont la tendresse et l'indulgence dans tout cela ?

Que se passera-t-il si tu lui parles en ces termes : « Parfait ! Je comprends bien ta fatigue... »
Ta manière de parler est très importante.

D'ailleurs, il y a beaucoup d'expressions qui te permettent de gagner aisément le cœur de ta femme. Par exemple : « Fais telle chose, je t'en prie. Je te serai reconnaissant si... Aujourd'hui tu t'es beaucoup fatiguée à préparer ce repas... Tu te fatigues beaucoup avec les enfants... Je te vois ravissante comme jamais tu ne l'as été... Ce vêtement est splendide ! Le nettoyage de l'appartement est merveilleux et son organisation est impeccable. Mes compliments ! »

11° Procédé

Prends connaissance de ses préoccupations

Le sais-tu ?
Le chemin le plus court vers le cœur d'une femme est de s'entretenir avec elle à propos de ce qu'elle aime et de ce qu'elle vit la plupart du temps.

C'est une règle consacrée et développée chez les psychologues et les spécialistes des relations humaines.

Dale Carnegie la confirme dans son livre : « Comment gagner des amis ? ». Il cite un professeur de l'Université de Bâle qui déclare dans un article sur la « nature humaine » : « A l'âge de huit ans, j'avais l'habitude de passer les week-ends avec ma tante. Un jour, un homme d'âge mûr lui rendit visite. Je ne l'avais jamais rencontré auparavant.

A cette époque j'aimais à la folie les bateaux. Apprenant le hobby que j'avais, il se mit à m'en parler. Longtemps après, j'avais en mémoire son entretien qui m'a profondément marqué. Après son départ, j'interrogeai ma tante sur sa personne et la passion qu'il avait des bateaux. Elle m'apprit qu'il travaillait à New York et qu'il ne partageait pas particulièrement ma passion.

Je lui dis : Pourquoi a-t-il alors orienté toute notre discussion là-dessus ? Elle me répondit : C'est un homme plein de délicatesse, il a choisi de t'entretenir sur ton sujet de prédilection. »

Les femmes, en général, ont des sujets qu'elles affectionnent par-dessus tout. Et ta femme en particulier.

Tu connais sûrement les choses qu'elle préfère. Parle-lui des choses qui l'intéressent. Oriente les discussions sur ses sujets favoris, sur ce qui la rend heureuse. Ne sois pas égoïste en lui parlant uniquement de ce que tu aimes.

Un exemple de sujet que la femme aime beaucoup : Celui des enfants ; leur alimentation et leur éducation... C'est un sujet qui te concerne autant qu'elle d'ailleurs.

Qu'est-ce qui t'empêche de t'asseoir avec elle et de lui parler de la protection des enfants et de tes lectures sur la santé infantile ?

De même, tu discuteras avec elle du développement physique et psychique de l'enfant, sur les différentes solutions aux problèmes vécus par vos enfants et la manière de les résoudre par une entraide réciproque entre les deux conjoints. Il y a par exemple les disputes entre les enfants, les enfants trop gâtés, la jalousie qu'ils éprouvent à l'égard du nouveau-né...

12° Procédé

Pas de critique en public

Rien n'attriste davantage la femme que les critiques formulées par son époux devant des étrangers. Les pires critiques sont celles qu'il lui adresse devant sa famille.

L'épouse est très sensible à l'égard de la famille de son mari. Imagine les conséquences de critiques en leur présence ? C'est un comportement parfaitement contraire à la bienséance.

Quel que soit le comportement de ta femme, ne la critique pas devant ta famille. Bien au contraire, tu dois la louer devant eux, parler de ses qualités et de ses vertus ainsi que de ses efforts.

La plupart des cas de divorce ont pour origine les critiques adressées par le mari à sa femme en présence de la famille de celle-ci, ce qui suscite des critiques de cette famille envers l'épouse. Cela prend des proportions démesurées, car les reproches seront exposés et racontés à tous, aggravant ainsi la situation, entraînant finalement le divorce malgré l'absence, au départ, de cause justifiant cette rupture.

13° Procédé

Sois galant

Qu'arrivera-t-il si le mari critique le repas préparé par sa femme, qu'il se complaise à prononcer des paroles déplacées sur sa manière de s'habiller, qu'il évoque la beauté d'autres femmes devant elle ? Le mari qui agit ainsi est à coup sûr inconscient et manque de goût. Il peut arriver que ta femme cuisine moins bien que ta mère. Cela signifie-t-il qu'elle est médiocre en cuisine ? Vas-tu aussi la comparer à ta mère en matière de cuisine ?

La vie conjugale demande beaucoup de délicatesse et de galanterie. Alors évite de critiquer sa façon de cuisiner ou de vanter l'habileté d'une autre femme. Tu brises ainsi son cœur et tu lui fais sentir clairement qu'elle ne mérite pas d'être ton épouse.

Qu'attends-tu d'elle quand tu agis de la sorte ? Va-t-elle réellement t'aimer après cela ? Et si tu lui disais : « Tu cuisines très bien, ton repas est le meilleur repas que j'ai goûté dans ma vie, etc » ?

Cela relève de la galanterie. C'est un comportement souhaitable dans la vie conjugale. Supposons que ce ne soit pas vrai, ce genre de mensonge est licite dans la vie conjugale parce qu'il augmente l'amour entre les deux conjoints et procure à l'homme et à la femme une vie heureuse. Selon Umm Kulthûm, fille de `Uqba, le Prophète ﷺ n'a toléré le mensonge que dans les situations suivantes : « La réconciliation entre les gens, les ruses de guerre, les paroles adressées par l'époux à sa femme et par la femme à son époux ».

Pourquoi le mari néglige-t-il ce genre de galanterie dans la relation avec sa femme ?

Depuis combien de jours, de semaines ou de mois n'as-tu pas adressé à ta femme des compliments sur son apparence physique ou sur son comportement ? Après cela, tu te plains d'éprouver de l'ennui avec ta femme !

Le Calife `Umar Ibn Al Khattab ﵁ reçut la visite d'une femme qui était en conflit avec son mari. Ce dernier lui avait demandé si elle l'aimait. Elle répondit : « Non ». `Umar ﵁ la réprimanda ainsi : « Pourquoi as-tu prononcé cette parole ? ». Elle répondit : « Il m'a demandé de jurer et je n'ai plus voulu mentir. » `Umar dit alors : « Tu aurais dû mentir et être aimable. Tous les couples ne se sont pas bâtis sur la passion entre les conjoints. Certains sont fondés sur des relations tendres et sur l'Islam. »

Il expliquait, qu'Allah l'agrée, que la femme doit dire au mari : « je t'aime », même si cela n'est pas vrai, mais par amabilité peut-être les cœurs changeront.

De même, le mari doit dire « je t'aime » à sa femme. Ainsi le comportement de la femme peut s'améliorer et l'amour pourra augmenter.

Gloire à Allah qui change les cœurs.

14° Procédé

Un émissaire d'amour entre vous

On dit que les femmes aiment les roses. La rose représente pour la femme beaucoup de choses. Sa valeur matérielle est simple mais sa valeur sentimentale est très grande à ses yeux.

Le mari a-t-il déjà pensé à offrir à sa femme un bouquet de belles fleurs ? Ou à lui offrir une rose unique, expression de l'amour qu'il ressent pour elle. Les cadeaux sont très importants. Ils augmentent l'amour entre les deux conjoints et il n'est pas nécessaire que ces cadeaux soient très chers.

Celui qui juge la valeur des cadeaux en fonction de leur prix n'a rien compris au sens et à la visée du cadeau. C'est quelqu'un de matérialiste, qui ne comprend pas le sens de l'amour. Présenter un cadeau simple à quelqu'un ne veut guère dire qu'on ne l'aime pas, au contraire.

De même, offrir un cadeau très cher ne signifie pas qu'on aime quelqu'un éperdument. Cela peut être vrai et ne pas l'être du tout. Il n'y a guère de relation entre l'intensité de l'amour et le prix du cadeau.

Sauf si l'homme en question est avare. C'est là une toute autre question. Toutefois, le cadeau est en général l'émissaire de l'amour, son indicateur et sa preuve.

Dans un hadith le Prophète ﷺ dit : « *Faites-vous des cadeaux, vous vous aimerez.* »

Il y a de nombreuses occasions où le mari ne doit pas oublier d'offrir un cadeau à sa femme.

15° Procédé

Chasse l'ennui quotidien et la routine

L'ennui et le train-train quotidien démoralisent les femmes mariées. Cela les affecte gravement et le mari est le premier à subir les conséquences d'une situation qui asphyxie le climat familial.

Le mari idéal est celui qui recherche la vie heureuse et qui agit pour faire croître l'amour de sa femme. Cet époux s'efforce de chasser l'ennui de sa vie conjugale.

Cela est possible par l'exercice de plusieurs activités qui varient d'une famille à l'autre et selon le milieu considéré. La vie en campagne diffère de celle en milieu urbain et la famille pauvre contraste avec la famille riche. Les moyens changent, mais il y a toujours un dénominateur commun.

Par exemple, organiser de temps en temps des sorties ou des voyages (peu importe la destination, ou les moyens déployés). Ce voyage sera un bol d'air. Il renouvellera la vitalité et l'énergie, débarrassant peut-être l'âme de l'angoisse, de la mélancolie et de l'ennui.
L'épouse sera plus harmonieuse et aimera d'avantage son mari et finalement la vie conjugale s'en portera mieux.

Rendre visite à la famille constitue aussi un bon moyen de s'aérer. Cela fortifie les liens de parenté et on obtient une grande récompense auprès d'Allah. Cela permet aussi de rompre l'ennui et de varier le quotidien.

De plus ces visites procurent la gaieté et le bonheur aux enfants qui rencontrent leurs cousins paternels ou maternels. Ils jouent, bavardent et plaisantent ensemble.

L'assiduité dans l'adoration d'Allah chasse également l'ennui ainsi que l'exercice de la prière rituelle durant les

horaires prescrits. Surtout les cinq prières dont l'exercice procure le bonheur intérieur à l'homme.

Certaines invocations chassent l'ennui et la tristesse, comme l'a enseigné le Prophète Muhammad ﷺ : « Allah je t'implore contre l'angoisse et la tristesse et je prends refuge auprès de toi contre l'impuissance et la paresse, contre la lâcheté et l'avarice, contre le poids des dettes et la domination des hommes. »[19] Cette prière prononcée par le musulman chasse l'ennui, l'angoisse et la tristesse par la permission d'Allah le Très-Haut.

Il existe plein d'autres moyens de chasser l'ennui, par exemple :

- Faire connaissance avec de nouvelles personnes ;

- Avouer ton amour à celui que tu aimes ;

- Noter dans l'agenda personnel des actes positifs que tu as entrepris ou que tu projettes de réaliser ;

- Lire un nouveau livre ;

- Louer les qualités que tu aimes chez ta femme ou chez tes amis ;

- Se réunir avec tes amis autour d'une activité pieuse et bénéfique, etc.

---

[19] Hadith rapporté par Al-Bukhârî : livre des invocations.

16° Procédé

Accepte les défauts de ton épouse

La vie conjugale est féconde en événements et est une liaison pour la vie. Chacun y découvrira les défauts de l'autre.

Le mari peut ne pas apprécier chez sa femme un défaut en particulier. Ce défaut peut l'importuner grandement.

Cependant, la femme possède beaucoup de qualités et de vertus innombrables. Cela doit inciter le mari à patienter et à ne pas se focaliser uniquement sur ses défauts. Il doit considérer les bonnes et les mauvaises qualités dans leur totalité, en contrebalançant les vertus et les défauts. Il ne doit guère détester sa femme pour un trait de caractère particulier.

Allah le Très-Haut a dit : ﴿ *Et comportez-vous convenablement envers elles. Si vous avez de l'aversion envers elles durant la vie commune, il se peut que vous ayez de l'aversion pour une chose où Allah a déposé un grand bien* ﴾[20].

L'homme ne doit guère détester sa femme pour un comportement donné. Le Prophète ﷺ a dit : « *Un croyant ne doit point haïr une croyante. S'il déteste tel comportement, il doit aimer tel autre* »[21].

Le mari doit savoir qu'il ne trouvera guère une femme sans défaut. Sa femme, malgré ses défauts, est meilleure que beaucoup d'autres apparemment exemptes de tels caractères.

---

[20] Coran, *an-nisâ'* (Les femmes), 19.
[21] Hadith rapporté par Muslim.

Si tu veux en avoir le cœur net, prends un stylo et une feuille ; inscris les défauts et les qualités de ta femme, car les comportements sont variables, ainsi tu trouveras ce que tu aimes et ce qui te déplaît.

Lawrence Gold, dans son livre « Profite de la vie », souligne : « Le mariage peut-être comparé merveilleusement à un supermarché. Voici des aliments prêts que l'on offre aux clients. Mais il n'y a pas de plats correspondant exactement à la demande. L'occasion qui t'est offerte est celle de choisir ce qui répond le plus à tes attentes. Si tu envisages le mariage ainsi, tu le trouveras joyeux et agréable. »

Il veut exprimer par là que ta femme n'est pas et ne sera jamais comme tu le souhaites réellement parce qu'elle a reçu une éducation différente de la tienne et possède un tempérament qui n'est pas le tien.

Accepte cette réalité et n'entre pas en conflit avec la vie en cherchant à combattre des habitudes ancrées et difficiles à changer. S'il y a une possibilité de les changer, ce sera après une longue période et après une patience profonde et généreuse, un entraînement continu, un long souffle et une âme bonne et persévérante.

17° Procédé

Prends Garde aux petits détails

Les contrariétés s'accumulent et finissent par produire un résultat monstrueux. Les deux époux peuvent diverger sur des petits détails. Cependant, les négliger et les laisser en suspens ne fait que les cristalliser. Les époux se retrouvent finalement face à une montagne de problèmes très difficiles à résoudre. L'observateur équitable entrevoit que cela n'en valait pas la peine.

Pour cela, Dale Carnegie remarque : « Les défauts mineurs dans la vie conjugale peuvent faire perdre la raison des conjoints et être à l'origine de la moitié des souffrances endurées par l'humanité. »[22]

Quelles en sont les raisons ?
La première raison n'est pas provoquée par les désaccords mais par la manière de se comporter au moment où ceux-ci se produisent. Le comportement du mari et son impatience envers sa femme relèvent précisément de ces petits détails.

La critique qu'il lui adresse, le désir de la faire changer et de la dominer, tous ces détails mineurs agacent et importunent. S'il avait un cœur généreux et disponible, cherchant à trouver des excuses pour sa femme, il ne sentirait pas les d'un tel orage. Le fait de prendre ces détails trop à cœur est le nœud du problème.

Un juge a déclaré après avoir prononcé le verdict dans plus de soixante-mille cas de divorce : « Vous trouverez toujours que les banalités sont derrière la totalité des malheurs que vivent les conjoints. »[23]

---

[22] « ***Abandonne tes angoisses et commence la vie*** » Dale Carnegie.
[23] Dale Carnegie. Op. Cit.

18° Procédé

Aide ton épouse dans les tâches ménagères

Il n'est pas obligatoire de l'aider dans le ménage à toutes les occasions. Mais le fait de l'assister augmente son bonheur et tu en récolteras un profit certain.

Il y a des hommes qui pensent que le travail à domicile diminue leur valeur où affecte leur personnalité. Cela est absolument faux. En effet, le meilleur parmi les fils d'Adam, notre prophète Mohammad ﷺ était le meilleur pour sa famille. Il assistait ses épouses dans le ménage malgré les multiples préoccupations dues à sa mission.

Lorsqu'on interrogea `Âisha ﷺ sur sa conduite ﷺ chez elle, elle répondit : « *Il ﷺ était un homme comme les autres, il lavait ses habits, soignait ses cheveux, trayait ses chèvres et servait sa famille !* »[24]

Elle rapporte également : « *Le Prophète ﷺ s'occupait du ménage chez lui, quand le muezzin appelait à la prière, il sortait.* »[25]

Certes la responsabilité de faire le ménage est une obligation de l'épouse, mais l'aide du mari dans cette tâche relève de la bienséance et augmente l'amour conjugal, surtout quand celle-ci est épuisée par les travaux de la maison.

---

[24] Hadith rapporté par Ahmad et d'autres. Al-Albânî le qualifie d'authentique : voir -as-sahîha- n° 670.
[25] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

19° Procédé

Ne sois pas avare de sentiments envers elle

Le plus avare parmi les hommes est celui qui est avare dans l'amour dispensé envers sa femme. Est avare également celui qui l'est dans les rapports physiques et affectifs durant l'étreinte conjugale ; ou ce qu'on appelle plus communément les rapports sexuels.

Cette avarice se manifeste quand le mari cherche uniquement à assouvir ses pulsions, à obtenir son plaisir et sa jouissance sans se préoccuper de l'état de sa femme, si elle est heureuse comme lui ou si au contraire elle n'a pas éprouvé de plaisir. C'est une cause du manque d'harmonie sexuelle.

L'Imam Abu Hamid Al-Ghazali dit en effet : « S'il éprouve du plaisir, il doit attendre que sa femme ait également son plaisir car l'orgasme de celle-ci peut être retardé, ce qui augmente son ardeur sexuelle. »

L'abandonner à ce moment précis provoque une grande frustration pour elle.

L'espacement dans le temps de l'éjaculation entraîne l'antipathie quelle que soit la rapidité du mari dans l'éjaculation. La concordance dans l'éjaculation la fait jouir davantage puisque l'homme ne savoure pas son plaisir égoïstement.

N'oublions pas que la pudeur empêche l'épouse parfois de faire ses aveux.

Un médecin spécialiste a analysé durant plusieurs années la relation de beaucoup de maris avec leurs conjointes.

Cette longue recherche a conduit à un résultat grave et important, qu'il a consigné dans son livre : « Les erreurs dans le mariage ».

Il s'agit du Docteur Hamilton, sa conclusion est la suivante : « Des tensions sexuelles se cachent au fond de tous les mariages qui ont échoué. Tous les autres problèmes peuvent être dépassés seulement si l'entente sexuelle[26] existe entre les deux conjoints. »

Le mari va-t-il après cela, être avare dans ses épanchements et priver sa femme de jouir du plaisir qu'il savoure lui-même ?

---

[26] Pour plus de détails consulter le livre : ***La Sexualité En Islam*** - Réalité, Pratiques et conseils-. 1° édition de Dar Almadina revue et corrigée par le Dr Abdullah Al-Jazâirî.

20° Procédé

Respecte son intelligence et sa manière de penser

Certains maris peuvent se moquer de l'intelligence de leurs épouses et critiquer leur manière de penser. Le mari qui commet un tel acte cherche les ennuis et ne recherche guère le bonheur conjugal.

C'est un mari qui ne mérite pas que son épouse le respecte, puisque le respect doit être mutuel. Le non-respect manifesté à l'égard d'une personne entraîne la même réaction de sa part, même si on voit le contraire.

La femme qui constate que son mari se moque de son intelligence et de sa manière de penser ne lui accordera pas son amour. D'ailleurs, la plupart des hommes croient à tort que la raison de la femme est plus faible et que son intelligence laisse à désirer, que sa manière de penser est tortueuse et déficiente. Parfois même ils sont enclins à croire qu'elle ne peut juger les choses avec droiture.

Ces vues sont totalement erronées. Elles ont pour origine l'interprétation fallacieuse de certains hadiths qui parlent de ce sujet.

Prenons l'exemple du hadith qui dit que les femmes manquent de raison et de religion. Certains l'interprètent de manière erronée en pensant que le manque de raison indiqué est la déficience en matière d'intelligence ou la tortuosité intellectuelle. C'est là une erreur.

Le manque de raison dont il est question dans ce hadith c'est l'oubli, c'est à dire que l'oubli de la femme est plus fréquent que celui de l'homme à cause de certains facteurs qui favorisent cet oubli surtout quand elle se trouve dans

certaines activités auxquelles elle n'est pas prédisposée [ni physiquement ni moralement] contrairement à l'homme. Est témoin, le hadith du Prophète ﷺ lorsque les femmes l'ont interrogé : En quoi consiste ce manque de raison et de religion ? Le Prophète ﷺ d'Allah répondit alors : « *le témoignage de la femme ne représente-t-il pas la moitié de celui de l'homme ?* Elles dirent certes. Il ﷺ dit : *Ceci concerne son manque de raison. Voyez-vous quand elle a ses menstrues, elle s'abstient de jeûner et de prier ?* Elles dirent : Certes, Ô Prophète d'Allah. Il ﷺ dit alors : *telle est la cause de son manque en matière de religion.* »[27] Donc le manque constaté est dû à ce que nous avons énoncé précédemment.

Il en va de même en ce qui concerne son manque de religion qui ne doit être en aucun cas considéré comme un manque de conformité à la religion. Il s'agit en fait d'une exemption de certains actes d'adoration [quand elle se trouve dans certaines situations] et aucun péché ne lui est imputé si elle ne les fait pas. Bien au contraire, si elle les accomplit alors qu'elle se trouve dans un état qui l'empêche légalement de le faire, elle commet par là un acte interdit.

Prenons le cas d'une femme qui a ses menstrues; il lui est formellement interdit de prier et de jeûner et si elle le fait, elle commet par là un péché quoiqu'elle doive refaire plus tard ce jeûne à titre réparatoire sans toutefois être tenue de refaire la prière car il y a là une licence *-rukhsa-* et un allégement qu'Allah lui a accordés.

L'intelligence de la femme doit être respectée. Il y a des femmes plus intelligentes que beaucoup d'hommes et les exemples sont illimités. Tout ce qu'il y a c'est que l'intelligence de la femme diffère de celle de l'homme. La femme a une intelligence particulière puisqu'elle a des

---

[27] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

préoccupations qui lui sont propres. Dans cette différence réside une grande sagesse divine.

Je dirais même que cette différence enrichit la vie [de couple] vu qu'il y a diversité. D'ailleurs une vie de couple réussie n'est pas une vie que seul l'homme dirige par son intelligence mais c'est une vie qui nécessite l'intervention de l'affection de la femme pour lui donner un goût spécial.

Si un homme ne conçoit pas cette fausse idée au sujet de l'intelligence de la femme et qu'il a vraiment épousé une femme qui manque d'intelligence ou qui manque de bon sens, il ne sert à rien de lui rappeler cela devant elle ou de critiquer sans cesse ses avis, mais il doit l'accepter avec ses défauts. Il n'est pas juste de la critiquer pour une chose qui dépasse ses capacités alors que le jour où il l'a épousée elle était ainsi.

Il existe en l'occurrence un point qui mérite d'être souligné, c'est le fait d'associer son épouse dans les affaires qui concernent la maison et de la consulter.

Par ailleurs, il y a une croyance très répandue chez beaucoup d'hommes qu'ils résument dans le dicton suivant : « Suivre les conseils d'une femme c'est détruire son foyer ». Cela est certes valable pour certaines femmes mais en vérité il existe des femmes très avisées. Certaines épouses réfléchissent mieux que leurs époux. D'ailleurs beaucoup d'hommes étaient tombés dans une situation embarrassante à cause de leur mauvaise gestion des choses et ce n'est que lorsqu'ils avaient consulté leur épouse qu'ils avaient pu régler leur problème.

Il ne faut donc pas se méfier totalement des conseils d'une femme, quelle qu'elle soit, comme pensent ces hommes. Certains d'entre eux tirent argument d'un hadith qui est loin d'être authentique, à savoir le hadith suivant :

« Consultez-les (vos épouses) mais faites le contraire de ce qu'elles vous disent »[28]. Il s'agit juste d'une parole qui ne remonte absolument pas au Prophète ﷺ.

Ceux qui ont inventé ce faux hadith visent à marginaliser la femme et à détruire les foyers, autant d'objectifs pernicieux que les ennemis de la communauté musulmane cherchent à réaliser depuis longtemps.

---

[28] Voir « ***Liste des hadiths faibles canoniquement et des hadiths inventés et leur effet néfaste sur la communauté*** » (1/430), du shaykh al-Albânî. Ed. Maktabat al-Ma`ârif, Riyad, 1412 H.

21° Procédé

Aie confiance en elle

Ne pas faire confiance à son épouse à cause de son comportement ou de sa conduite en tant que femme ou de toute autre raison inconnue privent les deux conjoints de bonheur pour toujours.

Cette règle est connue dans le domaine des relations humaines : « le doute engendre le doute et la suspicion, et la confiance engendre toujours la confiance. » Si tu fais confiance à quelqu'un, ainsi tu le diriges vers la bonne voie, la confiance et l'absence de trahison. Cette réalité est vérifiée chez les âmes nobles. Quant aux ignorants et aux fripons, on ne peut guère être confiant à leur égard, et c'est l'absence de confiance qui est de mise.

Celui qui épouse une femme musulmane respectable a fait le bon choix. Il va de soi que sa femme sera honnête et vertueuse. Il ne doit guère suivre les doutes et les idées fallacieuses. S'il agit ainsi, son foyer risque véritablement la démolition ; il sera responsable de ce désastre et sa femme innocente. D'ailleurs, il lui est interdit de parler de ses doutes à sa femme et de manifester en sa présence ce genre de suspicion. Cela offense grandement l'épouse et constitue une injustice à son égard.

Le Prophète ﷺ a déconseillé à l'homme de rentrer chez lui la nuit à l'improviste. Le hadith déclare : « *Le Prophète ﷺ a déconseillé que l'homme rentre chez lui durant la nuit, cherchant à épier les siens ou à découvrir leurs secrets.*»[29]

---

[29] Hadith rapporté par Muslim et d'autres.

Le Prophète ﷺ a interdit la jalousie sans motif réel car elle relève des suspicions, des doutes et de l'imagination. De même qu'il a interdit de torturer les femmes avec ce genre de pensées qui n'ont d'autres raisons que la suspicion maladive du mari.

Le Prophète ﷺ a dit : « *Dans la jalousie, il y a ce qu'Allah ﷻ aime et ce qu'Il déteste. Celle qu'Allah aime, c'est la jalousie après un comportement douteux. Et celle qu'Allah déteste, c'est la jalousie sans motif valable (envers des innocents).* »[30]

Nous avons vu comment satan a insufflé aux conjoints [31] des idées et des doutes qu'ils ont poursuivis, en soupçonnant leurs femmes innocentes et en entraînant finalement la démolition du foyer musulman. Ce qui importe, c'est de réaliser la difficulté de s'en débarrasser et de se détourner de ces tentations.

Ces idées peuvent bien sûr traverser l'esprit. La personne trouve mille issues[32], mais elle s'obstine à les rejeter, voyant uniquement l'idée qui lui hante la tête. Allah le Très-Haut a dit : « *alors que la suspicion ou le doute ne sert à rien contre la vérité* ».[33]

Et le Prophète ﷺ a dit : « *Evitez la suspicion, c'est la plus grande imposture.* »[34]

---

[30] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, An-Nasâ'î et Ibn Mâja.
[31] Pour plus de détails consulter le livre : « ***Les Astuces de satan pour corrompre les cœurs*** » du shaykh Wahîd Abdu-S-Salâm Bâlî.
[32] Pour plus de détails consulter le livre : « ***Les Remparts de la Foi contre les malices de satan*** » du shaykh Wahîd Abdu-S-Salâm Bâlî.
[33] Coran, *an-najm* (L'Étoile - v.28).
[34] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.

22° Procédé

Persuade ta femme qu'elle est l'épouse idéale

Certains maris croient que l'abondance des conseils et des orientations adressées à leur femme pourront les faire changer. Il arrive qu'ils se plaignent en disant : « J'ai fait tout mon possible afin qu'elle soit vertueuse mais je n'ai rien pu changer à son comportement ».

Ce mari n'a pas su adopter la manière adéquate de se comporter avec sa femme et il n'a pas pu corriger les défauts de celle-ci.

Si tu passes ton temps à critiquer quelqu'un à propos d'un comportement donné, va-t-il cesser d'agir ainsi ?

La réponse est négative. Car la personne à laquelle on adresse constamment des critiques finit par ne pas s'y intéresser.

Par contre elle se sent accusée et vilipendée. Dès lors, elle va par tous les moyens défendre sa personne et prouver son innocence.

Ceux qui suivent cette méthode avec leurs femmes sont voués à l'échec. Si tu veux être heureux avec ta femme, adresse-lui de jolis compliments et fais-lui sentir qu'elle est l'épouse idéale.

Si tu veux critiquer certains comportements chez elle, fais-le avec délicatesse et après l'avoir louée sur certaines choses qu'elle a réussies avec succès. Ainsi, elle sera disponible et aimable.

23° Procédé

Aide ton épouse à s'épanouir

Est-ce que tu aides ta femme à développer ses compétences et l'encourages-tu à pratiquer ses passions ? Tu dois savoir que la personne qui remarque qu'un être s'intéresse à elle et l'aide dans ses projets finit par l'aimer et lui accorder une réelle importance. Il y a des maris qui sous-estiment les aptitudes de leurs femmes et leurs passions préférées et leurs centres d'intérêt. Tu trouveras parmi eux un homme qui se moque des passions de sa femme et la considère comme une femme stupide.

C'est monstrueux. Cette femme se sentira écœurée. Ce genre d'époux qui se moque des passions de sa femme est parfaitement ignorant et ne sait pas se comporter avec les gens et surtout avec ses proches. Tu dois respecter les passions de ton épouse, quelle que soit leur banalité à tes yeux.

Prends comme exemple le Prophète ﷺ. Il avait pleinement pris en compte la jeunesse de sa femme `Âisha ؓ. Il ﷺ faisait la course avec elle. Tantôt c'était elle qui gagnait la course, tantôt c'était lui. Il plaisantait avec elle. Une fois, il l'a trouvée en train de jouer avec un cheval à deux ailes.

Selon `Âisha ؓ, le Prophète ﷺ revenait de la bataille de Tabûk ou de Khaybar. Un vent souffla à l'intérieur de la chambre ornée de rideaux. Il découvrit les jouets de `Âisha ؓ. Il dit : « *Qu'est ce que c'est ? Elle répondit : Mes filles. Il vit un cheval avec deux ailes en étoffe. Il dit : Que vois-je parmi elles ? Elle répondit : un cheval. Il dit : Qu'y a-t-il au-dessus ? Elle dit : Deux ailes. Il dit : Un cheval avec deux ailes ? Elle répondit : n'as-tu jamais*

entendu que Sulaymân avait des chevaux avec des ailes. Alors le Prophète ﷺ rit à pleines dents. »[35]

Si donc tu trouves ta femme en train de jouer comme une enfant, vas-tu te moquer d'elle ou agir comme l'a fait le Prophète ﷺ ?

Cher époux, sache que chacun a son violon d'Ingres et que chacun y attache une importance particulière. Certains se « retrouvent » à travers leurs hobbies et cela les rend heureux. Et si tu te moques de sa passion ou fermes la voie qui lui procure le bonheur, cela risque d'être source de beaucoup d'ennuis avec ta femme.

Selon Henri James : « la première chose à apprendre dans les relations humaines est de ne pas fermer les voies par lesquelles les gens accèdent au bonheur. Sauf si ceux-ci barrent par la force ton chemin personnel. »

---

[35] Hadith rapporté par Abû Dâwûd et An-Nasâ'î ; Al-Albânî le qualifie d'authentique dans « Les Bienséances du Mariage ».

24° Procédé

Ménager ses sentiments durant les menstrues et la grossesse

L'état psychologique d'une femme est sujet à des changements durant certaines périodes. Elle peut devenir susceptible, s'énerver facilement ainsi que d'autres réactions de ce genre. Cela se produit durant les périodes des menstrues, pendant la grossesse et particulièrement durant les premiers mois de grossesse, en plus des douleurs multiples qu'elle éprouve durant cette période. Il est donc du devoir du mari de ménager ses sentiments durant cette période et de songer à sa faiblesse.

Le savant Abû Al-`Alâ' Al-Mawdûdî dans son livre intitulé le « hidjab », cite les propos de docteurs en médecine qui décrivent les changements survenus durant la grossesse et les menstrues chez les femmes.

Par exemple, l'analyse médicale entreprise par le docteur Krigo chez certaines femmes a montré que la moitié d'entre elles souffrent de difficultés en matière de digestion lors du début des menstrues et d'indigestion à la fin de celles-ci. Le professeur Jiphard souligne : « Rares sont les femmes qui n'éprouvent pas d'indigestion durant les menstrues. La plupart se plaignent de fatigue, de migraines, de douleurs lombaires et du manque d'appétit. » Elles s'énervent facilement et ont une propension à pleurer. Le docteur Volstchevski a observé que la concentration et les facultés intellectuelles diminuent largement chez la femme durant les menstrues. Le docteur Kraft Einbej écrit : « Nous constatons dans notre vie quotidienne que les femmes douces et agréables

changent d'état brutalement lorsqu'elles entrent dans le cycle des menstrues. »[36]

Le mari ne doit pas prendre à cœur le comportement de sa femme lors des menstrues. La femme est sujette à des mutations physiques et psychologiques plus difficiles que celles que nous avons évoquées : pendant la grossesse et surtout les trois premiers mois de la gestation.

D'après le docteur Ribrev : « Les difficultés physiques et psychologiques auxquelles elles doivent faire face durant la grossesse sont sans commune mesure avec celles auxquelles elles sont habituellement exposées. Si les effets d'une grossesse affectaient un homme ou une femme qui n'est pas enceinte, on conclurait tout naturellement qu'il ou elle est malade. »
Le système nerveux est perturbé durant cette période.

Toutes ses facultés intellectuelles fonctionnent dans un désordre complet. Elle oscille entre la santé et la maladie, le moindre incident peut la plonger dans la maladie.

Fisher a noté : « Même la femme saine n'est pas à l'abri de profonds soubresauts durant la grossesse.
Son tempérament est instable et ses pensées sont perturbées, sa raison est hantée par le mal. »

Hyolack Ills et Albert Moll, ainsi que d'autres spécialistes sont unanimes sur le fait que : « durant le dernier mois de grossesse, la femme ne doit pas assumer un effort physique ou mental. »

On doit redoubler de patience avec la femme durant cette période et l'aider dans toutes les activités pénibles.

---

[36] ***Le Hidjab*** – Abû Al-`Alâ' Al-Mawdûdî.

25° Procédé

Aide-là à éduquer les enfants

Il n'y a pas de mal à ce que l'homme aide sa femme à s'occuper des enfants. C'est une activité qui paraît banale mais elle est en réalité difficile, surtout si la femme travaille. C'est alors qu'elle est confrontée à de multiples responsabilités et trouve beaucoup de peine à élever les enfants sans l'assistance du mari.

L'expérience et les études ont montré que l'homme peut s'occuper des enfants et les garder sans que cela n'affecte sa personnalité ou ne diminue son prestige.

C'est un moyen pour le père de connaître les besoins physiques et psychiques de son enfant et de connaître ses multiples centres d'intérêts.[37]
La femme a surtout besoin d'être aidée quand il faut faire face à une maladie.

Qu'il s'agisse de la maladie de la mère ou celle des enfants, le père ne doit point rester les bras croisés devant la maladie de ses enfants, privant sa femme du soutien dont elle a besoin au cours de ces instants difficiles. Ce sont en effet leurs enfants à part égale. Il est responsable d'eux et doit les éduquer et les élever convenablement par tous les moyens.

Tout père doit savoir que le fait d'aider sa femme dans l'éducation des enfants est nécessaire. C'est son devoir. C'est une des clefs du bonheur conjugal et du bonheur dans l'au-delà.

---

[37] « ***Ton enfant entre la deuxième et la cinquième année*** ». Un ensemble de psychologues, de médecins et d'enfants.

26° Procédé

Honore la famille de ton épouse et permets-lui de leur rendre visite

L'Islam est la religion de l'amour, de l'entraide et des relations (multiples) entre les gens. Les liens entre les gendres et leur belle famille sont très étroits car l'Islam vise par leur entremise à la cohésion de la société musulmane et l'expansion des liens d'amour et de cordialité entre les musulmans.

Deux familles en se liant voient leurs enfants appeler ceux-ci oncles maternels et ceux-là oncles paternels, reflétant ces liens inébranlables… de parenté.

Quel est donc l'intérêt de ces liens s'ils produisent la haine et l'inimitié ? Le mari croyant est celui qui respecte les liens sanguins et recherche l'amour entre les musulmans, détestant tout ce qui entraîne la discorde entre eux.

Allah le Très-Haut a dit : ❬ *Si vous vous détournez, ne risquez-vous pas de semer la corruption sur terre et de rompre vos liens de parenté ?* ❭[38]

Rompre les liens de parenté est le corollaire du désordre sur Terre. L'époux, va-t-il accepter de faire partie des gens qui sèment la corruption sur terre ?

---

[38] Coran, *Muhammad*, 22.

27° Procédé

Attable-toi avec elle et partage le repas familial

Le travail de certains les retient à l'extérieur du foyer et par conséquent ils partagent rarement les repas avec leurs épouses.

C'est un facteur qui provoque un certain malaise dans les relations entre les deux conjoints. Il est nécessaire de s'asseoir avec sa femme et ses enfants ne fut-ce qu'une fois par jour. Autrement dit, toute la famille doit s'asseoir et partager le repas quotidien.

Cela a des vertus multiples : une complicité accrue entre les deux époux, entre les enfants et leurs parents et même la relation mutuelle entre les enfants. Les enfants, de surcroît, apprendront les règles de politesse à table à travers leurs parents et attendront que leur père ou leur mère se mettent à table pour pouvoir les imiter.

Les discussions à table ont leur empreinte particulière. Tous les membres de la famille conversent et parlent de leurs conditions de vie ou des nouvelles quotidiennes.

Les parents apprennent ainsi les comportements de leurs enfants et leurs problèmes.

Le mari également découvre les problèmes et les péripéties de la vie de sa femme depuis son départ au travail jusqu'à son retour.

Il réalise l'effort énorme qu'elle a dispensé, ce qui augmente son indulgence vis-à-vis d'elle. Sa femme sentira également la fatigue de son mari dans son travail et le ménagera dans les demandes qu'elle lui adresse.

28° Procédé

Multiplie les louanges et les compliments

Après chaque belle parole que tu adresses à ton épouse, tu récolteras beaucoup d'amour et de bonheur et pourtant rares sont les hommes qui agissent ainsi. Tu peux rentrer chez toi et trouver ta femme ravissante comme elle ne l'a jamais été, portant ses plus beaux vêtements.

Et voilà que tu manifestes très peu d'intérêt à l'effort énorme qu'elle vient de faire. La femme en cela ne ressemble guère à l'homme. Tu peux t'habiller et te parfumer en moins de cinq minutes. Mais ta femme, non !

Comment par Allah, vas-tu oublier de la complimenter sur ses vêtements splendides, comment oublies-tu de la louer sur sa parure ?

De quoi la décourager à l'avenir, pourquoi ferait-elle tant d'effort pour soigner son apparence alors que tu n'as pas daigné lui adresser un compliment ou une louange ? Les paroles de louange même exagérées enchantent les esprits des femmes et les séduisent, et leurs cœurs s'emportent d'allégresse.

Apprends donc à louer ton épouse, à la complimenter par des mots d'amour sortant de la bouche de celui qui connaît ses qualités et ses vertus.

29° Procédé

Garde les secrets de ton épouse

La femme n'est pas la seule à devoir garder les secrets de son époux. Le mari doit lui aussi garder les secrets de sa femme, car les divulguer entraîne des préjudices graves nuisant aux deux conjoints. Le pire est de répandre parmi ses amis les secrets des rapports sexuels et des caresses échangés.

C'est une pratique satanique. Un musulman croyant ne doit pas commettre un tel acte mais doit éprouver une grande pudeur devant la diffusion de tels détails.

Le Prophète ﷺ a dit : « *Le pire des gens auprès d'Allah le jour du jugement est l'homme qui accomplit un rapport sexuel avec sa femme et divulgue leur secret.* »[39]

Asmâ' Bint Yazîd ﷺ assista à une assemblée réunissant des hommes et des femmes au cours de laquelle le Prophète ﷺ dit : « *Peut-être que certains disent ce qui se passe entre eux et leurs épouses et certaines femmes racontent le secret conjugal ? Les gens observèrent un long silence. Je dis : Par Allah, Ô Prophète d'Allah, il y a des hommes et des femmes qui commettent cela. Il dit ﷺ : Ne le faites pas. C'est comme un diable qui rencontre son semblable en route et s'accouple avec lui, alors que les gens les regardent.* »[40]

---

[39] Hadith rapporté par Muslim.

[40] Hadith rapporté par Ahmad et Al-Albânî le qualifie d'authentique dans « Les Bienséances du Mariage ».

30° Procédé

Tu préserveras ses droits

Il n'y a rien de plus dur pour une personne que de voir un autre lui arracher son droit et surtout si l'être en question est la personne la plus proche d'elle.

Alors l'amour mutuel disparaîtra et une haine farouche lui succédera. Selon Mo`âwiyya Ibn Hayda ﷺ, on interrogea le Prophète ﷺ sur les droits de l'épouse de chaque mari. Il répondit : « *Tu pourvoiras à sa nourriture chaque fois que tu te nourris, tu l'habilleras chaque fois que tu t'habilles, tu ne l'insulteras pas, tu ne la frapperas pas, tu ne feras pas chambre à part, (comment ferais-tu cela alors que l'intimité du lit vous lie déjà ?) Il ne t'est pas permis que ce qui est licite.* »[41]

Car si le mari ôte à sa femme ses droits dans la nourriture et le vêtement, il la lèse dans ses droits. De même s'il la frappe sur le visage ou la maltraite, il doit lui demander pardon pour cette injustice afin qu'Allah lui pardonne et devra ainsi éviter de récidiver.

Les biens personnels de l'épouse doivent être préservés. Tu ne peux en disposer qu'après l'obtention de sa permission. Il t'est strictement interdit de prendre une part de ses biens sans son consentement. Les hommes qui usurpent ou enlèvent les biens de leurs femmes et les dépensent à des fins personnelles sont injustes, et empiètent sur les droits d'autrui.

Celui qui mange la dot de sa femme et la frustre de ce bien est semblable au fornicateur parce qu'il a arraché à sa femme ce en vertu de quoi elle est devenue licite pour lui.

---

[41]Hadith rapporté par Abû Dâwûd et Al-Hâkim qui le qualifie d'authentique et cette authentification est confirmée par Adh-Dhahabî.

31° Procédé

Exerce la justice entre tes épouses

L'inconvénient de la polygamie chez beaucoup de gens – qui toute somme est parfois nécessaire– est l'absence de la justice entre les femmes. Or, c'est une violation de la loi juridique.

Allah le Très-Haut a dit : ﴾ *Il est permis d'épouser deux, trois ou quatre, parmi les femmes qui vous plaisent, mais si vous craignez de n'être pas justes avec celles-ci, alors une seule, ou des esclaves que vous possédez* ﴿[42].
Epouse donc, si tu en as besoin, une, deux, trois ou quatre mais à condition d'être équitable envers elles.

Certains peuvent alléguer que la justice est impossible. Cela n'est pas exact car Allah ﷻ n'aurait pas permis la polygamie. Ils peuvent comprendre cette opinion à partir de la lecture du verset suivant : ﴾*Vous ne pourrez jamais être équitables entre vos femmes même si vous êtes soucieux de l'être* ﴿[43].

La justice dont parle ce verset est celle qui relève des sentiments et elle n'est pas possible en effet. Quant à la justice citée dans le premier verset, elle est facile car elle est relative aux dépenses, et à la bienséance envers elles.

Le premier verset interdit donc la polygamie à celui qui craint l'injustice en favorisant une épouse au détriment de l'autre ou en accordant sa préférence à l'une d'entre elles ; elle devient expressément interdite s'il vise par cette injustice à l'opprimer.

---

[42] Coran, *an-nisâ'* (Les femmes), 3.
[43] Coran, *an-nisâ'* (Les femmes), 129.

Celui qui épouse une seconde femme ne doit pas léser sa première épouse parce qu'il aime la seconde, ni le contraire. Il doit être équitable.
Certains hommes négligent ces obligations. Ils ignorent la gravité de tels actes qui mènent à la perdition. Ils sont inconscients de l'énormité de leur pêché et croient que c'est une chose banale.

L'injustice entraîne dans l'obscurité de l'enfer le jour du Jugement. Rien de plus dur pour la femme que d'être opprimée par son mari et l'invocation de l'opprimée est exaucée par Allah. Le mari doit donc craindre sa prière contre lui et craindre Allah et ne pas tyranniser sa femme.

L'exemple illustre du Prophète ﷺ éclaire notre conduite à l'égard des femmes, car il a été un modèle de justice et de sincérité. Il opta pour la polygamie pour les raisons citées par les savants.

Cela s'est produit après la mort de Khadîja ﵂, sa première femme. Il n'épousa pas d'autre femme durant son mariage avec elle. Khadîja ﵂ par contre avait déjà été mariée et le Prophète ﷺ vécut avec elle une grande partie de sa jeunesse. Il l'aimait intensément.

Plus tard, il épousa plusieurs femmes, recherchant plusieurs sagesses dans ses différents mariages. Il ne le fit jamais pour opprimer l'une d'entre elles ni commettre d'injustice en favorisant l'une au détriment de l'autre. Il était juste avec elles malgré son amour intense pour \`Âisha ﵂.

Chaque fois qu'il ﷺ voyageait, il tirait au sort celle qui l'accompagnerait dans ses expéditions.
D'ailleurs, il demanda à ses femmes l'autorisation d'être soigné dans la maison de \`Âisha avant sa mort, ne pouvant se déplacer entre ses épouses. Tout cela relève de sa justice et son souci de préserver leurs droits.

32° Procédé

Bien se comporter avec elle

Il n'y a guère de moyen plus efficace pour gagner le cœur d'une femme que de bien se comporter avec elle. Cela augmente intensément son amour pour son époux. Le mari agréable, aux bonnes qualités et aux vertus éprouvées est toujours aimé de sa femme, quelles que soient les circonstances. Le meilleur d'entre les hommes est le meilleur envers sa femme, c'est-à-dire celui qui se comporte bien avec elle, car le Prophète ﷺ a déclaré **:** « *Le meilleur parmi vous est le meilleur envers sa famille et je suis le meilleur envers ma famille.* »[44]

Le Prophète ﷺ vous a conseillé de bien traiter les femmes. Il le fit notamment au cours du dernier sermon qu'il adressa lors du pèlerinage d'adieu quelques temps avant de mourir. Tous les musulmans étaient présents, ce qui laisse deviner l'ampleur du message : « ... *Vous avez des droits sur vos épouses, mais elles ont aussi des droits sur vous ! Votre droit sur vos femmes est qu'elles ne fassent pas partager votre lit à une personne étrangère et qu'elles ne permettent pas la visite de quiconque vous importune. Leur droit envers vous est de leur offrir leurs vêtements et leur nourriture.* »[45]

La bienfaisance envers les femmes implique le fait de s'abstenir de l'offenser, de subvenir aux dépenses telles que la nourriture, le logement et l'habitat selon la capacité du mari. Ne pas être avare à son égard et à l'égard des enfants car il s'agit de charges obligatoires. Les dépenses

---

[44] Déjà cité.

[45] Hadith rapporté par At-Tirmidhî et authentifié par Ibn Mâja et bien d'autres.

sont récompensées grandement par Allah ﷻ contrairement à l'opinion répandue chez certains couples.

Le prophète ﷺ a dit : « *Parmi les dinars, un dinar dépensé dans le sentier d'Allah, un dinar dépensé dans l'affranchissement d'un esclave, un dinar dépensé dans la charité donnée à un pauvre et un dinar dépensé pour ta famille, celui qui a la plus grande rétribution, c'est un dinar dépensé pour ta famille.* »[46]

Cela ne veut pas dire que la récompense de la charité est négligeable mais le prophète ﷺ insiste sur le fait de ne point négliger la famille et les enfants, car le musulman sera en premier lieu interrogé sur eux.

Le prophète ﷺ a menacé l'homme qui néglige sa femme et ses enfants en les frustrant de leurs droits dans les dépenses et l'entretien obligatoire.

Il dit ﷺ : « *Le plus grand péché de l'homme est de négliger les gens dont il a la charge (en d'autres termes : cela suffit comme grand péché) ...* »[47].

Ce hadith parle de la négligence des enfants, de la famille et de tous les gens qu'il prend en charge. Il doit tout leur procurer et ne pas être avare vis-à-vis d'eux si Allah ﷻ lui a accordé l'aisance.

Allah le Très-Haut a dit : ﴾ *Que celui qui est aisé dépense de sa fortune, et que celui dont les biens sont restreints dépense selon ce que Allah lui a accordé* ﴿[48].

---

[46] Hadith rapporté par Muslim.
[47] Hadith rapporté par Muslim.
[48] Coran, *at-talâq* (Le divorce), 7.

33° Procédé

Sache que l'épouse parfaite n'existe pas

Certains maris sont préoccupés par l'idée de la meilleure épouse.

Pour nombres de chercheurs, l'idée de la meilleure épouse est un rêve d'enfance. « Dans un recoin du cerveau habite une image que tu n'as pas observée depuis longtemps ou peut-être ignores-tu vraiment qu'elle est là dans ta tête… c'est l'idéal de la femme espérée. Si tu la scrutes, tu reconnaîtras sûrement qu'elle est un mélange de caractères appartenant à tes parents… ou à ta mère particulièrement… C'est le reflet des moments où tes parents ont satisfait tes désirs et tes besoins, en plus des qualités imaginaires que tu leur prêtes.

Tu voudrais au moment de la maladie, que ta femme soit la tendresse même comme l'a été ta mère pour toi ; tu recherches les louanges et les flatteries que ta mère avait pour toi.

En somme, la femme de tes rêves est une personne tout à fait fictive que tu as créée sur mesure avec pour seule préoccupation ton agrément et ton bonheur. »[49]

Si tu cherches une femme qui est une copie conforme de ta mère dans l'amour et l'affection qu'elle te témoigne, sois sûr que tu ne la trouveras pas et ton rêve ne se réalisera pas, car « généralement tu vas constater que ton épouse s'attend à son tour à ce que tu lui apportes de l'amour et du bonheur comme toi exactement. Elle a elle aussi conçu dans son esprit une image de toi qu'elle veut que tu la

---

[49] « ***Profite de la vie*** » Laurence Gold.

réalises. Or, tant que vous n'avez pas remis en questions vos idéaux à la lumière des réalités et des exigences de la vie, votre mariage ne réalisera pas les attentes de chacun de vous. »[50]

Encore faut-il souligner que la mère aime instinctivement son enfant et elle est toujours prête à se dévouer pour lui, c'est quelque chose qui est ancré dans sa prime nature.

Exiger une telle affection et un tel dévouement de ton épouse relève de l'impossible. Si tu fais du tort à ta mère, elle est prête à te pardonner même si tu ne t'en excuses pas, tandis que ton épouse est prête à se mettre en colère contre toi pour des raisons futiles.

Si l'homme halète derrière cet idéal maternel, il risque de gâcher sa vie et il ne trouvera jamais la femme qu'il cherche, car le mariage est un échange réciproque et pour recevoir de ton épouse amour, affection et tendresse, il faut que tu sois le premier à les lui accorder.

Ne cherche pas l'absolu ! Sois toi le mari qui convient ! Donne pour recevoir !

---

[50] « ***Profite de la vie*** » Laurence Gold.

34° Procédé

Soyez solidaires dans l'adoration d'Allah ﷻ

S'entraider dans l'adoration préserve l'amour entre les deux conjoints. Ils doivent réserver un temps où ils vaqueront ensemble à l'adoration d'Allah. Par exemple, choisir un temps pour la récitation du saint Coran. Ce n'est pas un temps prélevé à part, mais une séance consacrée à la lecture d'un chapitre du Coran après les activités quotidiennes.

Que l'un des époux réveille l'autre pour effectuer la prière surérogatoire au beau milieu de la nuit, recherchant ainsi l'agrément d'Allah. Par Allah, cet acte augmente l'amour entre les deux conjoints, bénit leur vie et leur procure le bonheur complet.

Cela dans la vie présente, quant à l'au-delà ils auront une immense récompense s'il plaît à Allah.

Le prophète ﷺ a dit : « *Quand l'homme réveille sa femme la nuit et fait deux rak`a-s avec elle, Allah ﷻ les inscrit parmi ceux qui invoquent beaucoup Allah ﷻ* ».[51]

Le prophète ﷺ a dit également : « *Qu'Allah ﷻ accorde sa Miséricorde à un homme qui se lève la nuit et réveille son épouse ! Si elle refuse de se lever, il asperge son visage d'eau. Qu'Allah ﷻ accorde sa Miséricorde à une femme qui se lève la nuit, réveille son mari. S'il refuse de se lever, elle asperge son visage d'eau.* »[52]

---

[51] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, Ibn Mâja et Ibn Hibbân. Al-Hâkim le qualifie d'authentique.
[52] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, An-Nasâ'î, Ahmad et Ibn Hibbân. Al-Hâkim le qualifie d'authentique.

Pourquoi ne pas s'entraider dans l'adoration et ne pas s'encourager mutuellement ?

Pourquoi le mari ne conseille-t-il pas à sa femme d'adorer Allah ﷻ de manière permanente ?

Pourquoi n'ordonne-t-il pas à sa femme de prier, de faire l'aumône et de dispenser la zakât ?

Allah le Très-Haut fait l'éloge d'Isma'îl ﷺ pour nous inciter à le prendre en exemple : ﴿*Et il commandait à sa famille la prière et la zakat et il était agréé auprès de son Seigneur*﴾[53].

N'est-ce pas Allah ﷻ qui ordonne : ﴿*Ô vous qui avez cru ! Préservez vos personnes et vos familles d'un Feu dont le combustible sera les gens et les pierres*﴾[54].

Le musulman doit commencer par parfaire sa personne et la préserver de l'enfer. Puis il appellera les autres à Allah et sa famille en premier lieu. Cela est clair en ce qui concerne les obligations. Mais le mari ne doit pas s'arrêter aux obligations. Il doit commander à sa famille de respecter la sunna et les prières surérogatoires.

Voilà le meilleur parmi les fils d 'Adam, Muhammad ﷺ, qui en passant, la nuit devant la maison de Fatima, frappe à la porte alors qu'elle dort avec son mari et leur demande : « *N'Allez-vous pas prier ?* »[55]. C'est une recommandation pour la prière de la nuit. Il leur demande de se rapprocher d'Allah ﷻ.

---

[53] Coran, *Maryam* (Marie), 55.
[54] Coran, *at-tahrîm* (L'interdiction), 6.
[55] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

35° Procédé

Ne jamais fuir la maison

Beaucoup de maris préfèrent s'asseoir dans les clubs ou les cafés pour fuir le climat du foyer, celui de la famille, des enfants et de leurs problèmes.

Si cela perdure et se répète, il peut être considéré comme vivant à l'extérieur du domicile, entraînant le refroidissement des relations conjugales, créant une certaine antipathie entre les deux conjoints.

Au lieu d'affronter les problèmes vécus avec sa femme ou ses enfants, le mari choisit de fuir la maison et de rester à l'extérieur durant des périodes assez longues. Cela ne résout aucunement la situation, mais la complique et l'aggrave.

Les problèmes se transforment en impasse à force de s'accumuler et finissent par devenir des montagnes insurmontables. Il vaut mieux affronter courageusement ses problèmes que de les fuir, autrement dit s'asseoir avec ton épouse et essayer de trouver le meilleur moyen de résoudre vos différents au lieu de les escamoter au départ puis les aggraver à la fin.

S'il y a des impasses, adapte-toi. Si tu prends cette initiative, ta vie sera agréable et radieuse. Sache que « *tu as un devoir envers ta famille.* »[56] Ne les abandonne pas la plupart du temps, mais assieds-toi avec eux et conseille-les après avoir écouté leurs plaintes.

---

[56] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.

36° Procédé

Oublie le passé

L'obstination du mari à rappeler à sa femme les incidents du passé et cette fâcheuse manie de lui dire : « tu as fait telle chose ou telle autre » est source de problème.

La femme sera profondément attristée, elle finira par croire que son mari la déteste, sinon pourquoi est-il enclin à lui rappeler ces choses et ces problèmes anciens ? C'est un sujet déjà dépassé, pourquoi y revenir à chaque fois ?

Cela aiguise les blessures et réouvre des brèches déjà colmatées.

Quelle que soit la situation, le mari ne doit pas se rappeler les problèmes déjà classés et résolus.

D'autre part, la femme peut avoir un passé avant son mari (divorce ou veuvage) ; son nouveau mari n'est pas obligé d'évoquer le mari précédent ni de se vanter d'être meilleur que lui, etc. De même, si le mari a un passé avec une autre épouse, il n'est pas non plus indiqué de l'évoquer en présence de sa femme actuelle pour la critiquer ou faire l'éloge de la femme précédente.

Cela enflamme la jalousie dans le cœur de celle-ci, sauf si la femme précédente est décédée et que le mari cherche à implorer la miséricorde d'Allah pour elle, ou tout simplement, si c'est une femme pieuse et que sa conduite peut servir d'exemple à la nouvelle épouse.

Comme le Prophète ﷺ évoquait Khadîja ﵂ après sa mort, louant ainsi son soutien et sa lutte dans la prédication islamique ainsi que sa solidarité morale et matérielle à ses côtés.

37° Procédé

Ne permets à personne d'intervenir dans ta vie conjugale

La vie conjugale a ses particularités, ses propriétés et ses singularités, de telle façon que l'on ne peut permettre à personne de s'y immiscer sans une raison déterminante.

Chaque fois que la tutelle sur les deux conjoints augmente, les problèmes empirent et le bonheur s'éloigne.

Personne ne doit adresser des ordres ou poser des conditions à l'épouse hormis son mari. Par exemple, l'intrusion de la mère du mari ou de son père dans la vie conjugale, augmente la sensibilité de l'épouse à l'égard de ses beaux-parents ; elle peut même penser que son mari n'a pas de personnalité ou possède une faible personnalité!

L'obéissance aux parents est obligatoire mais leur intrusion dans la vie des conjoints brise les liens conjugaux. Sauf, si les parents du mari découvrent que la femme est corrompue et peut plonger leur fils dans le désordre et qu'ils décident de conseiller à leur fils de la divorcer en cas de grande nécessité inévitable.

Ainsi a procédé Ibrahîm ﷺ après avoir visité la maison d'Isma'îl sans le trouver à son domicile. Il interrogea sa femme. Elle se plaignit de leur vie misérable. C'est alors qu'Ibrahîm, prophète plein de discernement, comprit à travers la réponse de celle-ci –(qui ignorait parfaitement qu'elle était en présence du père de son mari)– qu'elle manquait de piété et ne convenait pas à son fils Isma'îl.

Il lui ordonna alors de la répudier. Il dit à la femme : « Quand Isma'îl rentrera, dis-lui qu'un vieil homme le salue et lui ordonne de changer la devanture de

sa maison ». Au retour d'Isma'îl, sa femme le mit au courant de ce qui s'était passé... Il dit : « C'est mon père et il m'ordonne de te répudier. Rejoins ta famille » [57] et il divorça.

Mais l'intrusion des parents dans la vie conjugale et les ordres adressés à la femme par les parents constituent un danger très grave.

Cela contribue à briser le mariage. C'est pire encore quand le conseiller est un frère ou un ami. Préserve intimement ta vie conjugale afin d'obtenir le bonheur véritable.

---

[57] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

38° Procédé

Marie-toi pour les bonnes raisons

Certains hommes se sont mariés tout en ayant en tête des objectifs particuliers étrangers aux motivations ordinaires du mariage. Il en est par exemple qui se marient avec l'argent pour objectif premier. Certains épousent des femmes qui ont un rang social élevé dans le but de gagner du prestige et d'être célèbre. Et ainsi de suite.

Un tel mariage est voué à l'échec pour plusieurs raisons.

Premièrement, c'est un mariage bâti sur de mauvaises motivations. Le musulman doit choisir la religion comme fondement de son mariage et pour ce, élire une femme musulmane pieuse et droite.

Le but de ce mariage ne doit pas être l'argent ou le rang social mais l'amour, la chasteté et la descendance pieuse.

Celui qui se marie avec l'intention d'échapper à l'adultère et de protéger son regard contre les interdictions tout en recherchant l'amour et une bonne descendance, Allah le bénit. Celui qui se marie pour d'autres raisons a perdu véritablement. Le prophète ﷺ a dit : « *on épouse une femme pour quatre raisons : son argent, sa beauté, son rang social et sa religion. Choisissez celle qui a une bonne religion.* »[58]

Le mariage bâti sur de mauvaises motivations entraîne l'absence de bonheur dans la vie conjugale puisque l'époux s'est marié pour un but donné, que sa femme découvrira et elle le détestera.

---

[58] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.

Elle saura par exemple qu'il l'a épousé pour son argent, elle le privera de ce qu'il désire et les problèmes augmenteront entre les deux conjoints.

Un homme peut se marier pour des raisons plus profondes mais s'il ne réussit pas à assouvir ce besoin, sa vie se transformera en enfer. Et il ne gagnera pas l'amour qu'il projetait et désirait de la part de sa femme.

C'est le cas de l'homme qui a perdu ses parents dans sa prime jeunesse. Avec eux il a perdu l'amour, la chaleur et la tendresse. Il se marie pour cet amour et cette tendresse.

Mais il ne pourra pas remplir ce vide et satisfaire ce désir avec son mariage, puisque sa femme ne sera jamais comme sa mère dans la tendresse, l'amour et la compassion pour de multiples raisons.

La femme qui offre l'amour à son mari a besoin de recevoir de sa part une contrepartie. Le mariage, c'est donner et recevoir tandis que la mère donne et n'attend pas de compensation. Elle aime son fils de manière spontanée. Si tu recherches l'amour de ta femme, tu l'obtiendras mais à condition de lui offrir ton amour.

39° Procédé

Prends soin de sa santé

La femme est très sensible au sujet de la santé et de la maladie. Certaines femmes s'imaginent être malades sans souffrir d'aucune maladie réelle.

Cela ne veut point dire qu'il faut être négligeant vis-à-vis de leur état de santé. En effet, la femme qui voit son mari peu empressé à l'emmener chez un médecin (femme), l'accuse naturellement de ne pas s'inquiéter de son état ou de souhaiter sa mort.

L'époux doit faire consulter promptement sa femme par un médecin spécialiste chaque fois qu'elle a besoin de ses services. Non pas pour qu'elle sente que son mari l'aime et éprouve de l'inquiétude sur son sort mais par devoir envers elle.

Il doit obligatoirement suivre son traitement et lui demander de temps à autre si elle prend les médicaments nécessaires.

Il doit s'intéresser particulièrement à la santé de sa femme. Non seulement la conduire auprès du docteur, mais aussi lui faire sentir son intérêt majeur à l'égard de sa santé et de sa convalescence.

Il ne doit pas oublier de l'aider durant toute la maladie et de la consoler par des paroles douces et agréables qui la rassurent sur sa santé. Il lui annoncera qu'elle va guérir bientôt, s'il plaît à Dieu. Il lui dira qu'Allah ﷻ a fait de cette maladie une expiation pour ses péchés et que c'est un bien pour le serviteur musulman.

Partage tes joies avec elle

Le mari devrait cacher ses afflictions à sa femme et ne point lui parler de ses problèmes, et de ses peines. Elle ressent également ses propres peines et il ne doit pas l'amener à souffrir une situation au-delà de ses forces.

Il doit être souriant en sa présence et manifester sa joie afin que le foyer ne soit pas assombri par l'ennui et la tristesse. Mais, au contraire, s'il a une bonne nouvelle ou s'il est en bonne forme, il doit le partager avec sa femme et ses enfants.

Le foyer tout entier doit respirer la joie et la gaieté. Autrement dit, tu dois oublier tes soucis personnels à certains moments, surtout si le climat n'est pas opportun.

Tu dois amener ta femme à partager avec toi les joies et les délices. Si tu as des problèmes durables dans ton travail, il n'est pas utile d'encombrer ton esprit. Laisse ton foyer à l'abri de ces ennuis.

Eloigne de toi les soucis et les problèmes chaque fois que tu rentres chez toi. Arbore un large sourire et profite de l'agréable compagnie de ton épouse et de tes enfants.

Ainsi tu sentiras le bonheur conjugal, ta femme t'aimera et t'apportera un soutien sans faille.

41° Procédé

Reste en contact avec elle pendant les voyage

Dans le but d'améliorer ses conditions de vie, parfois assez dures, le mari est obligé de voyager sans femme ni enfants. Durant son voyage, il doit veiller aux faits suivants :

Son voyage ne doit pas durer longtemps. Elle sera privée de l'amour du mari et de sa tendresse durant toute la période où il sera absent.

Les psychologues disent : « l'absence courte peut être profitable et nécessaire, mais la longue absence nuit gravement à l'épouse et aux relations conjugales. »

La femme a des droits sur le mari et sa longue absence est susceptible d'entraîner la négligence de ses droits multiples. Il doit toujours correspondre avec elle durant tout son voyage pour s'informer de ses conditions et de ses besoins, de même pour les enfants. Il devra leur envoyer tout ce qui leur est nécessaire.

Il doit leur laisser des ressources suffisantes pour couvrir toute la période de son absence ou leur envoyer de l'argent pour subvenir aux dépenses éventuelles. Il ne doit les priver de rien et se souvenir de l'aide d'Allah ﷻ: ﴿ *Que celui qui est aisé dépense de sa fortune* ﴾[59].

---

[59] Coran, *aṯ-ṯalâq* (Le divorce), 7.

42° Procédé

Sois clair dans tes demandes

La plupart des cas où tu trouves qu'un mari est en discorde avec son épouse, ils sont dus au fait qu'il lui dise : « ne t'ai-je pas demandé une telle chose » et elle de répondre : « mais non… je n'ai rien entendu… ».

Ceci est dû au fait que le mari n'est pas clair dans ses demandes, ce qui affecte l'entente du couple, apporte le doute et finit par affaiblir l'amour et les sentiments.

La cause principale est simple mais d'une si grande importance, à savoir : le manque de clarté dans la communication, une communication trop rapide ou encore une communication incompréhensible.

Ainsi, si le mari demande quelque chose, il se doit d'être clair. Certains maris disent : « Moi, quand je parle, je ne le fais qu'une seule fois et il faut que je sois entendu ! » Et ceci est bien sûr une erreur.

Quel mal y a-t-il à répéter ses dires deux ou trois fois ? Notre prophète Muhammad ﷺ répétait sa parole de telle manière qu'il soit entendu et compris par celui qui ne l'avait ni entendu ni compris.

Le serviteur de notre maître et prophète ﷺ, Anas Bnu Mâlik ﷺ nous dit : « Lorsque le prophète ﷺ émettait des paroles, il les répétait à trois reprises afin d'être compris et lorsqu'il rencontrait des gens et leur passait le Salâm, il le faisait à trois reprises. »

43° Procédé

Prendre en compte sa jalousie et la lui pardonner

La jalousie de la femme est différente de celle de l'homme. Elle est d'ordre sentimental. Celle-ci peut éprouver de la jalousie si elle voit que son mari aime une autre femme qu'elle. De même, elle peut en ressentir s'il se comporte avec empressement envers une autre femme, même sans arrière–pensée, ou s'il parle avec une autre femme en sa présence.

Le mari doit faire attention à ces choses et tâcher de :

1°- : ne pas louer une autre femme en sa présence en parlant de ses bonnes actions ou de ses vertus.

2°- : Excuser la jalousie de sa femme à l'égard des autres femmes. Car la femme est jalouse, très sensible et peut parler et agir inconsciemment. Dans un hadith du prophète ﷺ : « *La jalousie ne distingue pas le fond de la vallée de sa hauteur* ».[60]

Les scènes de jalousie chez les femmes du prophète ﷺ sont nombreuses. Le hadith des « Maghâfîr » est un hadith célèbre qui témoigne de la jalousie profonde de la femme : animée de cette pulsion, elle peut faire des actes qu'elle regrettera plus tard.

`Âisha ﷺ rapporte **:** *Le prophète ﷺ avait coutume de boire du miel chez Zaynab Bint Jahch ﷺ. Je complotais alors avec Hafsa ﷺ en lui disant : « Quand le prophète ﷺ entrera chez l'une d'entre nous, qu'elle dise : je sens une*

[60] Hadith rapporté par At-Tabarânî.

odeur de gomme nauséabonde (Maghâfîr)[61]. *Est-ce toi qui en as mangé ? Quand il rentra chez l'une d'entre elles, elle fit effectivement ce qui était prévu. Il dit : « J'ai bu du miel chez Zaynab ﷺ et je ne le boirai plus. »*[62]

Allah ﷻ a fait descendre ces versets à cette occasion : ﴿ *Ô Prophète ! Pourquoi, voulant complaire à tes épouses, jures-tu de ne pas toucher à une chose licite, t'interdisant ainsi ce qu'Allah t'a permis ? Allah est cependant Clément et Miséricordieux. Allah vous a institué la façon de vous délier de tels serments. Certes Allah est là pour vous aider à gérer vos affaires : Il est Savant et Sage. Le Prophète avait confié un secret avec l'une de ses épouses qui alla le divulguer auprès d'une autre. Allah en informa le Prophète qui en parla en termes allusifs à celle qui avait éventé le secret. Se voyant découverte, l'épouse s'écria : « Qui te l'a appris ? - Celui qui m'en a avisé est Celui qui connaît les choses apparentes et les choses cachées, répondit-il ». Si toutes deux vous vous repentez à Allah, c'est que vos cœurs se sont inclinés au bien, mais si, par contre, vous vous liguez contre lui, sachez qu'il a Allah pour protecteur, et pour soutiens Jibrîl, l'élite des croyants et les anges*﴾.[63]

Ces versets font allusion à `Âisha et Hafsa ﷺ.

Regardons bien l'impact de la jalousie sur `Âisha et Hafsa (qu'Allah les agrées) qui se mirent d'accord pour dire au prophète ﷺ « tu sens la gomme des Maghâfîr » afin de l'empêcher de boire du miel chez Zaynab Bint Jahch ﷺ. Voici l'effet de la jalousie chez les femmes du prophète ﷺ, quelle sera alors son incidence sur nos femmes à nous ?

---

[61] Maghâfîr est une gomme produite par un arbre appelé *`urfut*. Elle est sucrée mais elle a une odeur nauséabonde.

[62] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.

[63] Coran, *at-tahrîm* (L'interdiction), 1-4.

Le mari doit respecter la jalousie de sa femme et ne pas la brutaliser, surtout au moment où elle est aveuglée par ce sentiment. Il doit attendre qu'elle retrouve son calme pour lui parler avec raison et clairvoyance.

Dans le hadith précédent, on apprend que le prophète ﷺ détestait que ses épouses sentent chez lui une odeur détestable. Pour cela, quand il pensa que cela était dû au miel, il déclara « j'ai bu du miel chez Zaynab » et s'interdit d'en boire une seconde fois pour éviter l'odeur nauséabonde. En réalité aucun effluve désagréable ne s'échappait de sa bouche ; c'était un complot de Hafsa et `Âisha poussées par leur jalousie envers Zaynab.

44° Procédé

La soutenir face à l'adversité et pendant les épreuves

Certaines femmes sont moins patientes et peu endurantes. Pour cela, l'homme doit se tenir à côté de sa femme dans les épreuves afin de la consoler et de la réconforter en lui rappelant les bienfaits d'Allah à son égard. Par exemple, il se peut que son père, sa mère ou l'un de ses proches viennent à mourir.

Dans ce cas, elle peut réagir à cette grande tristesse en pleurant toutes les larmes de son corps, voire en hurlant de désespoir. Le mari doit la consoler et lui demander d'éviter les excès causés par la tristesse ou le manque de persévérance.

Selon Anas bnu Mâlik ﷺ, le prophète ﷺ vit une femme qui pleurait son enfant. Il lui dit : « *Sois pieuse envers Allah et endure avec persévérance.* » *Elle dit : « Que t'importe mon affliction ? » Après son départ, on dit à la femme que c'était le prophète ﷺ. Décontenancée, elle vint devant la porte du prophète ﷺ; elle n'y trouva pas de gardiens et dit : « Ô prophète d'Allah, je ne t'ai pas reconnu. » Le prophète ﷺ lui dit alors : « La patience ne vaut qu'au moment du premier choc ». Ou il dit : « au début du choc »*[64]

Il est clair que le sermon du prophète ﷺ à la femme « crains Allah et persévère » ne visait pas les pleurs, car pleurer un mort n'est pas interdit. Mais les pleurs de la femme étaient accompagnés de cris de colère. C'est pour cela qu'il lui dit « crains Allah et persévère ». C'est l'avis

[64] Hadith rapporté par Muslim –T.2-637.

émis par Al-Qurtubî qui a noté : « Apparemment, ses pleurs étaient accompagnés de cris ou d'autres (interdits). Pour cela, il lui a ordonné de craindre Allah. »

Ibn Hajar a ajouté : « Dans le texte de Yahya Ibn Abi Kathir cité ici, il y a : « le prophète ﷺ entendit des paroles détestables. Il s'arrêta près d'elle. »[65]

L'on sait également que beaucoup de femmes sont désorientées dans l'affliction. Pour cela, le prophète ﷺ dit à cette femme : « *La persévérance n'a de valeur qu'au moment du premier choc* ».

C'est-à-dire au moment où l'on entend la mauvaise nouvelle. On ne peut plus parler de patience quand on perd contrôle de soi-même dès le départ. Rester maître de soi dès le début de l'affliction, tel devrait être le comportement du musulman.

Le mari doit mettre en garde sa femme contre les comportements répandus au cours de la période pré-islamique tels que les lamentations, déchirer ses habits, se défigurer etc. Le prophète ﷺ a dit : « *Celui qui se frappe le visage, déchire ses habits et agit en idolâtre ne fait pas partie de ma communauté.* »[66]

Aucun musulman ne doit agir ainsi. Le mari doit aider sa femme dans la patience et la persévérance, lui rappeler la miséricorde d'Allah ﷻ et l'obéissance à Sa volonté et la destinée.

---

[65] Fath Al-bârî –T.3-149.
[66] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

45° Procédé

Ne crois pas tout savoir

Le problème de certains maris est de croire détenir la vérité et de toujours penser être dans leur bon droit. La femme est à l'origine de tous les problèmes et le mari innocent. Après cela, il désire que sa femme l'aime et lui accorde sa confiance ! Cela est-il possible ?

Mari musulman, sois équitable, sois juste et non pas au-dessus de la vérité. Allah le Très-Haut dit : ﴾ *Ô les croyants, observez strictement la justice et soyez des témoins véridiques comme Allah l'ordonne, fût-ce contre vous-mêmes, contre vos pères et mères ou proches parents.*﴿[67]

Ne critique pas ta femme. Elle est ton autre moitié. Sois patient, calme et considère les choses avec beaucoup de tranquillité. Reconnais ton erreur, si tu es fautif.

Ce n'est pas un défaut. Ou, tout simplement, n'accuse pas ta femme de commettre un acte quand elle est innocente.

Si tu t'empresses de l'accuser et que tu découvres après coup qu'elle est innocente, n'hésite pas à lui présenter tes excuses ou à reconnaître tout au moins la réalité, à savoir que tu as pu découvrir l'origine réelle du problème.

Cela ménage son honneur offensé. Elle sentira alors que tu la respectes et qu'elle a une place dans ton cœur.

---

[67] Coran, *an-nisâ'* (Les femmes), 135.

46° Procédé

Suivre la voie islamique pendant les rapports conjugaux[68]

La plupart du temps, les époux oublient d'invoquer le nom d'Allah le Très Haut (Très-Haut) au moment du rapport sexuel. C'est une chose nécessaire car l'enfant qui naît après cette invocation est protégé de satan.

Le prophète ﷺ a dit : « *Si vous disiez lors du rapport sexuel avec vos femmes : « Ô Allah, protège-nous de satan et protège de lui ce que Tu nous as décerné », satan ne pourrait jamais nuire à l'enfant qui en résulterait.* »[69]

L'invocation est prononcée au moment du premier contact entre l'homme et la femme afin qu'Allah bénisse cette union et leur accorde le bonheur dans la vie conjugale.

Voici les mots que le prophète ﷺ a enseignés : « *Quand l'un d'entre vous épouse une femme, qu'il pose la main sur son front, prononce le nom d'Allah et demande la bénédiction en disant : « Ô Allah, je Te demande de m'accorder sa bonté et la bonne humeur selon laquelle Tu l'as prédisposée ! Que mon refuge soit en Toi contre ses méfaits et la mauvaise humeur selon laquelle Tu l'as créée » »*[70].

Au moment de l'éjaculation, il doit dire à l'intérieur de lui-même : ﴾ *Et c'est Lui qui de l'eau crée une espèce*

---

[68] Pour plus de détails consulter le livre : ***la Sexualité En Islam*** – Réalité, Pratiques et conseils-. 1° édition de Dar Almadina revue et corrigée par le Dr Abdullah Al-Jazâirî.
[69] Hadith rapporté par Al-Bukhârî et Muslim.
[70] Hadith rapporté par Al-Bukhârî.

humaine qu'Il unit par les liens de parenté et de l'alliance. Et ton Seigneur demeure Omnipotent.》[71]

On recommande aussi de faire les ablutions ou de se laver après le premier rapport sexuel, avant d'entamer le second. Le prophète ﷺ a dit **:** « *Si quelqu'un a un rapport avec sa femme et veut recommencer, il doit faire ses ablutions, cela augmente l'énergie des organes sexuels.* »[72]

Il arrivait au prophète ﷺ d'avoir des rapports avec toutes ses femmes au cours d'une même journée. Il faisait sa toilette chez celle-ci et celle-là. Rafî' lui dit : Ô prophète d'Allah, pourquoi pas un seul lavage ?
Le prophète ﷺ lui dit : « *Cela est plus pur, plus bénéfique et plus propre.* »[73]

Le mari peut se laver après le réveil s'il a la force de se lever avant la prière de l'aurore et de participer à la prière à la mosquée. Sinon, il lui est recommandé de faire sa toilette avant de dormir.

On a interrogé la mère des croyants `Âisha ﵂ sur le comportement du prophète ﷺ relatif à la grande toilette. Fait-il sa toilette avant ou après le réveil ? Elle dit : « *il pratiquait tout cela. Parfois, il faisait sa toilette puis dormait, parfois il faisait ses ablutions puis se couchait.* »

Le mari doit savoir que le rapport sexuel comporte une récompense auprès d'Allah. Il doit avoir cette bonne intention à l'esprit, celle de rendre heureuse sa femme, sa personne et celle de rechercher la bonne descendance.

---

[71] Coran, *al-furqân* (Le discernement), 54.
[72] Hadith rapporté par Muslim.
[73] Hadith rapporté par Abû Dâwûd et An-Nasâ'î.

Le prophète dit ﷺ : « *Dans l'accouplement, il y a une charité* ». *Ils dirent : Ô prophète d'Allah ! Quelqu'un va-t-il profiter d'une jouissance et être récompensé en retour ? Il dit ﷺ : « Voyez-vous s'il avait mis cette énergie dans le pêché, ne serait-il pas puni ? Parallèlement, si son plaisir est licite, il est récompensé pour le faire.* »[74]

[74] Hadith rapporté par Muslim.

47° Procédé

Préserve ta femme des regards indiscrets

Comment un homme accompagné de sa femme peut-il la conduire par la main dans la rue alors qu'elle s'est parée, parfumée comme jamais elle ne l'a fait ? Comment vas-tu accepter ô époux musulman, par Allah, qu'un autre regarde ta femme avec des yeux avides, scrutant sa parure et la beauté qu'elle cache ? Ne ressens-tu guère de jalousie à l'égard de ta femme ?

Supposons que tu sois jaloux, pourquoi acceptes-tu qu'elle agisse ainsi ? Es-tu incapable d'influer sur sa conduite ? Ou ignores-tu l'issue finale d'un tel comportement pour toi ?

Ecoute le prophète Mohammad ﷺ qui dit : « *Il y a deux groupes de gens voués à l'enfer que je n'avais jamais vu auparavant : Des hommes qui frappent les gens avec des fouets et des femmes vêtues et nues à la fois, qui font onduler leur corps, faisant ainsi tordre les cœurs de ceux qui les regardent, leurs têtes comme des bosses de dromadaire. Elles n'entreront pas au paradis et ne sentiront pas son odeur, que l'on respire pourtant de très loin.* »[75]

Les savants ont dit : Leurs habits sont transparents ou étroits dévoilant ce qui est en dessous. As-tu entendu le Hadith du prophète ﷺ qui dit : « *Toute femme qui se parfume et passe devant des gens qui sentent son parfum est comme une femme adultère.* »[76]

[75] Hadith rapporté par Muslim.
[76] Hadith rapporté par Abû Dâwûd et At-Tirmidhî.

Si tu éprouves de la jalousie, tu dois lui parler en termes clairs à propos de son comportement. Elle doit laisser ces vêtements qui exhibent sa nudité et porter des habits décents. Tu dois la conduire pas à pas afin qu'Allah la guide. Excuse-moi car tu es fautif dès le départ si tu as choisi une femme qui ne préserve pas son corps du regard des gens. Tu es responsable.

Prends garde à des prêcheurs qui se tiennent devant la porte de l'enfer. Ils te diront : Elle est libre de porter ce qu'elle veut, c'est une liberté individuelle. Dis-leur : La liberté se définit à la lumière de l'Islam et de ses principes.

L'homme est-il réellement libre de faire tout ce qu'il veut ? Est- il libre par exemple de voler ou de tuer autrui ? Oui la femme est libre, et cette liberté se conçoit à travers la législation d'Allah : ﴾*... et qu'elles rabattent leurs voiles sur leur poitrine : et qu'elles ne montrent pas leurs atouts ....*﴿.[77]

La femme qui exhibe sa poitrine, ses bras ou ses cheveux porte préjudice à autrui. Et il n'y a pas de liberté quand cela porte préjudice aux autres. D'ailleurs, la femme nuit ainsi à elle-même. Que les adeptes de la liberté méditent là-dessus !

---

[77] Coran, *an-nûr* (La lumière), 31.

48° Procédé

La liberté financière

Ta femme peut éprouver le besoin d'acheter des choses sans avoir à te le dire. Ne compte pas chaque sou. Donne-lui un supplément d'argent et ne l'interroge pas là dessus – Qu'elle le dépense comme elle veut. Ne sois pas avare ! Cela peut la contraindre à prendre de l'argent sans ta permission.

Le pire problème auquel une femme peut être confrontée est le besoin d'argent. Prends garde à ce qu'elle ait besoin d'argent et que tu l'en prives. Sache que le Prophète ﷺ a permis à la femme de prendre ce dont elle a besoin dans la bourse du mari avare sans qu'il le sache. Mais elle ne doit pas dépasser les limites ; le mari croyant ne doit pas pousser par son comportement sa femme à de telles extrémités.

Il doit lui en donner et lui faire des largesses.

On peut appeler cela « dépenses personnelles », accorde-lui ces « dépenses personnelles ». Elle en usera comme elle veut et ne l'interroge pas là-dessus.

Tu dois donner à tes enfants « de l'argent de poche » pour chacun d'entre eux. Quel que soit le montant, c'est indispensable pour eux – Cela leur apprend à économiser et leur fait comprendre la valeur de l'argent. S'ils ont besoin d'acheter quoi ce soit, ils se limiteront à leur « bourse. » S'ils demandent à leur mère de leur acheter une chose et qu'elle se trouve dans l'impossibilité de satisfaire leur demande, elle leur expliquera, à l'occasion, que leur « bourse » ne suffit pas à l'acheter.

49° Procédé

Il t'est formellement interdit d'avoir des relations avec ta femme pendant ses menstrues ou par sodomie

L'Islam a interdit au mari la pratique du coït anal à cause de ses effets néfastes et vils sur l'individu et la société. Ainsi, celui qui pratique la sodomie commet un péché interdit par Allah ﷻ et atteint son épouse d'un mal des plus graves.

Il se doit de craindre Allah ﷻ en revenant aux limites tracées par la Foi et l'Islam et en renonçant à cette pratique vile qui est assimilable à celle du peuple de Lot ﷺ (l'homosexualité), qu'Allah ﷻ nous en préserve.

L'Envoyé d'Allah ﷺ a dit : « *Est maudit celui qui pratique le coït anal avec son épouse* »[78] *et il a dit : « Celui qui a des relations avec sa femme pendant ses menstrues, pratique le coït anal ou va chez un devin et croit en ses paroles, a d'ores et déjà renié ce qu'Allah ﷻ a fait descendre sur Muhammad ﷺ* ».[79]

Et parmi les interdictions, il y a le fait d'avoir des rapports sexuels avec son épouse alors qu'elle a ses menstrues. L'interdiction porte ici sur le coït et non sur les attouchements du reste du corps.

Allah ﷻ dit : ﴿ *Ils t'interrogent sur les menstrues. Réponds-leur : c'est une souillure. Par conséquent abstenez-vous d'avoir des rapports par là où le sang menstruel s'écoule -mahîd-* ﴾.[80]

---

[78] Hadith rapporté par Ahmad et Abû Dâwûd.
[79] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, Ibn Mâja et At-Tirmidhî.
[80] Coran, *al-baqara* (La vache), 222.

A l'opposé des juifs (à cette époque) qui dans leur relation avec leurs épouses (en état de menstrues), se comportaient différemment à tel point qu'ils ne partageaient pas leurs repas et s'isolaient d'elles.

L'Islam est venu avec une autre attitude en autorisant tous les attouchements sauf le coït (ou rapport sexuel).

En effet, le prophète ﷺ dit « *jouissez d'elle mais sans coït* »[81] et certaines épouses du prophète ﷺ disaient : « Lorsque le prophète ﷺ désirait l'une d'entre nous alors qu'elle avait ses menstrues, il couvrait ses parties intimes (de la femme) et jouissait d'elle », c'est-à-dire par des attouchements sur le reste du corps.

---

[81] Hadith rapporté par Abû Dâwûd, Al-Bayhaqî et d'autres.

50° Procédé

Laisse le passé derrière vous

Sais-tu que l'oubli est un bienfait qu'Allah a accordé à l'homme ? Sans cette grâce, notre vie aurait été un enfer insupportable. Ainsi l'être humain peut oublier les évènements pénibles et les afflictions touchantes. Sans cela, il aurait beaucoup souffert et ne trouverait pas d'échappatoire.

Beaucoup de gens n'ont pas conscience de ce bienfait et ne le considèrent pas – ils se remémorent toujours les peines, les afflictions et les problèmes.

Certains ruminent les défauts de leur compagne et n'arrivent pas à les oublier. Ils lui rappellent ses manques. Si elle commet une erreur, il lui dit : N'as-tu pas fait tel jour, telle ou telle chose, dénombrant les défauts de celle-ci et multipliant les problèmes.

L'Islam nous a appris à oublier le tort que les autres commettent à notre encontre. Que dire de nos femmes ? Il nous a enseigné à repousser le mal par le bien avec nos ennemis. Que dire de nos amis ?

Allah le Très-Haut a dit : ﴿*Repousse (le mal) par ce qui est meilleur, et voilà que celui avec qui tu avais une animosité devient tel un ami chaleureux* ﴾.[82]

Le Prophète ﷺ a enduré avec persévérance certains problèmes issus de la jalousie éprouvée par ses femmes. Il était miséricordieux envers elles. Il ne les traita pas avec dureté pour leur comportement mais pardonna et était toujours plein d'indulgence.
Ce sont les qualités du bon mari.

---

[82] Coran, *fussilat* (Les Versets Détaillés), 34.

51° Procédé

Rappelle-toi que personne n'est parfait

L'homme est sujet au manque et à l'impuissance.
La vie conjugale comporte toujours des contrariétés. L'épouse en tant qu'être humain n'est pas exempte de défauts.

En tant que femme, elle a des qualités et des vertus, comme toute autre femme.
Sa nature est différente de celle de l'homme. Cette nature est indispensable et nécessaire pour la vie et la pérennité de l'espèce humaine. Si elle avait les mêmes caractéristiques que l'homme, la vie perdrait son goût et sa joie, parce que privée du meilleur trésor qu'elle recèle.

Ta femme a des traits de caractères innés ou acquis. Accepte-les, et ne cherche pas à les contrarier.
N'espère pas des changements absolus chez elle !

Sache que le changement des qualités et des mentalités n'est pas une chose facile, c'est même parfois impossible.

Ne te préoccupe pas de changer ta femme pour en faire la personne qui te conviendrait exactement ou la personne que tu désirerais. Si telle est ton idée, elle te hantera toute ta vie, tu te fatigueras et tu étoufferas les autres.

Nous parlons ici des qualités et des singularités d'autrui, quant aux défauts, c'est encore plus difficile. Mais peu importe ! Les musulmans doivent cependant s'entraider à éviter les pêchés. Le mari doit toujours exhorter sa femme à l'adoration d'Allah avec sagesse et bonne parole. Quant à chercher à changer sa personnalité et les traits de

caractères qu'il n'aime pas chez elle, cela n'est pas possible.

Gold a étudié pendant plus de vingt ans les problèmes psychologiques que subissent les couples. Il a déclaré dans son livre « Profite de la vie » : « …que les miracles se produisent rarement. Tu ne dois pas porter avec toi une souffrance inutile. Considère ton partenaire comme il est réellement. Non pas comme tu veux qu'il soit. Le mariage réussi n'est pas un événement accidentel ou un coup de chance. C'est une œuvre que tu dois entreprendre jusqu'à ce qu'elle donne des fruits. Il n'y a guère de fruits plus délicieux que ceux issus d'un mariage heureux. »

Tu peux gagner le bonheur si tu oublies les caractères que tu n'aimes pas chez ta femme et qui ne bouleversent pas ta vie conjugale. Fais semblant de les oublier, pense à ses douces qualités et à ses nobles vertus.

La vie conjugale sera alors pleine d'allégresse et de jouissance.

Email : dar.almadina@yahoo.fr

Email : dar.almadina@yahoo.fr